
المركز الإعلامى
للدراسات والمشورة
أسرة حسب قلب الله
4
افهمنى و كلمنى
أشرف مكرم
هايدى حنا

افهمني وكلمني



اسم الكتاب: افهمني وكلمني

الناشر:هيئة الخدمة الروحية وتدريب القادة (حياة المحبة بمصر)

تاريخ النشر: يوليو ٢٠١٠

الطبعة الأولى

المؤلف: هايدي حنا

الغلاف: أشرف مكرم

رقم إيداع: ١٧٤١٤ / ٢٠١٠

الفهرس

المقدمة

- زوجي لا يحترمني ويعاملني مثل الخادمة في البيت
- زوجتي متذمرة دائماً على أوضاعنا المالية وتتهمني بالتقصير
- زوجي يعتبرني وسيلة متعة له دون الأخذ في الاعتبار لمشاعري
- زوجتي مهملة في نفسها و لم تعد تلك الفتاة التي رأيتها أول مرة

الكثير من تلك الجمل نسمعها من الأزواج والزوجات، حيث أن كلاً منهما يحاول الحصول على حقوقه من شريك حياته. فدائماً نسمع الزوجة تقول: "**هذا حقي**"، ونسمع الزوج يقول: "على زوجتي أن **تفعل هذا**"، ولكن لم نسمع يوماً الزوجة تقول: "**هذا واجبي**"، أو الزوج يقول: "يجب أن **أفعل هذا**".

لذا سيكون موضوع كتابنا الذي بين أيدينا الآن أن نتعلم أن نقول: " هذا واجبي"، ولا نقول: "هذا حقي". فعلينا حتى تنجح علاقتنا الزوجية أن نهتم بواجباتنا أكثر من حقوقنا، وأن يعرف كل منا "**ماذا يحتاج منه شريك حياته؟**"، وهذا لن يتم إلا من خلال فهم طبيعته عن طريق التحاور والتواصل معه، وهذا ما سنعرفه من خلال هذا الكتاب "**افهمني وكلمني**"، وإذا تحولت النظرة للأمور بهذا الفكر ستتغير حياتنا الزوجية للأفضل، حيث أن غالبية المشاكل الزوجية التي نقابلها في حياتنا اليومية إذا رجعنا إلى جذورها الحقيقية سوف نجدها نابعة من عدم محاولة فهم احتياجات شريك الحياة وغياب التواصل بينهما.

هايدي حنا

دبلومة في المشورة الأسرية

الفصل الأول

ماذا يحتاج الزوج من زوجته؟

أولاً زوجة تدفعه للصلاة والتقرب من الله:

عادة عندما يكون الزوج مؤمن ومنتظم في الكنيسة، يستطيع أن يأخذ زوجته معه للكنيسة ويشجعها على قراءة الكتاب المقدس والصلاة، لكن عندما تكون الزوجة هي المؤمنة فإنها من الصعب أن تأخذ زوجها معها للكنيسة، بل أحياناً لايتركها تذهب بمفردها، ومن هنا وضع الله أساسيات لاختيار شريك الحياة وهي أن يكون ابناً لله وذلك تجنباً لمشاكل من الممكن أن تحدث نتيجة لزواج فتاة مؤمنة من شاب بعيد عن الله أو العكس، حيث يوصينا الكتاب المقدس بأن أساس اختيار شريك الحياة هو أن يكون ابناً أو ابنة لله: "لاَ تَكُونُوا تَحْتَ نِيرٍ مَعَ غَيْرِ الْمُؤْمِنِينَ، لأَنَّهُ أَيَّةُ خِلْطَةٍ لِلْبِرِّ وَالإِثْمِ؟ وَأَيَّةُ شَرِكَةٍ لِلنُّورِ مَعَ الظُّلْمَةِ؟ " (كورنثورس الثانية٦: ١٤). وكما نرى أن هذه الوصية واضحة وعلى أبناء الله أن ينفذوها.

- ولكن ماذا لو تزوجت الفتاة بشاب غير مؤمن، أو ماذا لو كانت الفتاة قبلت السيد المسيح سيداً ومخلصاً لحياتها بعد الزواج، أما زوجها فلم يقبل المسيح مثلها؟
- هل تدين تصرفاته الخاطئة وترشده ليقبل المسيح؟
- هل تجبره على الذهاب معها للكنيسة؟
- ما هي الطريقة الصحيحة للتعامل مع هذا الوضع؟

إن من أهم واجبات الزوجة هي أن تدفع زوجها للصلاة وللتقرب من الله. فكيف تقوم بهذا؟

توجد طريقتان من الممكن أن تتبعهما الزوجة بهما تدفع زوجها للصلاة والتقرب من الله:

أولاً طريقة الوعظ المباشر الحازم:

في هذه الطريقة تتبع الزوجة أسلوب الأمر مع زوجها حتى يصلي ويقرأ الكتاب المقدس ويذهب للكنيسة، ولا تكتفي بهذا بل تدينه على أي تصرف خطأ، ويجد الزوج نفسه يعيش مع قاضٍ يدين ويصدر الأحكام، وليس مع معين نظير. مما يزيد من حنقه فيزداد في عناده. ومن هنا نجد أن هذه الطريقة غير مُجدية وغير ناجحة، لأن الزوجة هنا تجبر زوجها على الحياة مع الله والتقرب منه بطريقة مرفوضة، فتُقدم للزوج فكرة سيئة عن أولاد الله بسبب أنها لا تطبق كلام الله الذي يوصي بخضوع الزوجة للزوج، لأنها بهذه الطريقة تصبح زوجة متسلطة تحاول أن تسيطر على زوجها لينفذ كلامها، حتى وإن كانت رغبتها الحقيقية تغيير زوجها للأفضل، لكن لا يكفي الرغبة الداخلية المهم الأسلوب السليم لتوصيل هذه الرغبة.

نتيجة هذه الطريقة هي:

١. ***انعكاس صورة خاطئة عن الله للزوج:*** فالنقد المستمر لتصرفاته الخاطئة وإعطاء النصائح له كي يصبح ابناً لله يجعل الزوج يخاف أن يكون مثلها ويعيش الحياة المعقدة التي تعيشها زوجته، وذلك لأنها لم تعكس صورة الله المحب بل عكست صورة الله الجلاد الذي يمسك لنا السوط ليعاقبنا في كل مرة نتصرف فيها تصرفاً لا يرضيه، وهي عكس صورة الله الآب السماوي المحب الذي أحبنا وأسلم نفسه لأجلنا، وبسبب حبه هذا نحن نبتعد عن كل خطية حتى لا يحزن منا .. بمعنى .. أننا نعيش حياة ترضي الله حباً فيه وليس خوفاً منه، وبالطبع يوجد اختلاف كبير بين الاثنين.

٢. ***اتخاذ رد فعل عدواني تجاه زوجته:*** نظراً لشعوره بالنقص أمامها بسبب أسلوبها معه والذي فيه نوع من السيطرة من وجهة نظره، يتخذ الزوج أسلوب الدفاع عن النفس بصورة مستمرة، فلا يعترف بأي خطأ، ويتعامل بعدوانية معها لأنها تحاول أن تُظهره دائماً بمظهر الإنسان الخاطئ، وأنها في مرتبة أعلى وأفضل منه.

إن الأسلوب الهجومي والديّان هذا يجعل العلاقة بين الزوجين دائماً في حالـــة خصـــام وصراع وتوتر، ويصبح البيت بالنسبة للزوج مثل السجن وزوجته القاضي الذي يحكم عليه ويعاقبه على أي خطأ.

يقول الكتاب المقدس على مثل هذا النوع من الزوجات: "اَلسُّكْنَى فِي زَاوِيَةِ السَّطْحِ، خَيْرٌ مِنِ امْرَأَةٍ مُخَاصِمَةٍ فِي بَيْتٍ مُشْتَرِكٍ." (أمثال ٢٥ : ٢٤)

كما أن الكتاب المقدس يحذرنا من الكلمات التي تعثر الإنسان، ويوصـــي أن تكـــون كلماتنا تبني الآخرين وترفعهم."لاَ تَخْرُجْ كَلِمَةٌ رَدِيَّةٌ مِنْ أَفْوَاهِكُمْ، بَلْ كُلُّ مَا كَـــانَ صَالِحًا لِلْبُنْيَانِ، حَسَبَ الْحَاجَةِ، كَيْ يُعْطِيَ نِعْمَةً لِلسَّامِعِينَ " (أفسس ٤:٢٩)

ثانياً الطريقة الهادئة غير المباشرة:

هذه الطريقة أوصى بها الرسول بطرس في رسالته الأولى: "كَذلِكُنَّ أَيَّتُهَا النِّسَاءُ، كُـــنَّ خَاضِعَاتٍ لِرِجَالِكُنَّ، حَتَّى وَإِنْ كَانَ الْبَعْضُ لاَ يُطِيعُونَ الْكَلِمَةَ، يُرْبَحُونَ بِسِيرَةِ النِّسَاءِ بِدُونِ كَلِمَةٍ،مُلاَحِظِينَ سِيرَتَكُنَّ الطَّاهِرَةَ بِخَوْفٍ."

(رسالة بطرس الرسول الأولى ٣:١،٢)

من خلال هذه الكلمات نجد أنه على الزوجة أن :

<u>أولاً: تصلي لأجل زوجها:</u>

فهذا أمر مُسرّ عند الله أن لا يهلك أحد بل الجميع يعود إليه، لـــذا فصـــلاة الزوجـــة لزوجها حسب رغبة قلب الله: "هكَذَا لَيْسَتْ مَشِيئَةً أَمَامَ أَبِيكُمُ الَّذِي فِي السَّمَاوَاتِ أَنْ يَهْلِكَ أَحَدُ هؤُلاَءِ الصِّغَارِ" (متى ١٨ : ١٤)

وفي الصلاة، على الزوجة أن تركز على:

١) العادة السلبية والخاطئة في حياة زوجها

٢) أن يبتعد زوجها عن كل ما يؤثر في حياته تأثيراً سلبياً يجعله يستمر في خطيته

٣) أن يدرك زوجها أنه لن يستطيع أن يعيش بدون أن يكون المسيح في حياته

٤) أن الله يرسل له الشخص المناسب ليتكلم معه عن احتياجه للرب يسوع.

ثانياً: أفعالها تعكس وجود المسيح بقلبها:

تقول الآية في بطرس أن النساء يربحن أزواجهن للمسيح بدون أن ينطقن بكلمة واحدة ولكن من خلال تصرفاتهن. فالزوج يراقب تصرفات زوجته ويلاحظ رد فعلها المختلف عنه عندما يسيء إليها، بل وأنها تتعامل مع هذه الإساءة بالحب والخضوع، وبمرور الوقت هذا الأسلوب المختلف يكون له تأثير إيجابي على الزوج حيث يزرع بداخله فضولاً ليبحث عن المصدر الذي جعل من زوجته مختلفة عنه وتتعامل مع الضغوط والمشاكل بأسلوب مختلف. وكما قال الكتاب المقدس:

" فَلْيُضِئْ نُورُكُمْ هكَذَا قُدَّامَ النَّاسِ، لِكَيْ يَرَوْا أَعْمَالَكُمُ الْحَسَنَةَ، وَيُمَجِّدُوا أَبَاكُمُ الَّذِي فِي السَّمَاوَاتِ." (متى ٥ : ١٦)

بالأفعال والتصرفات تستطيع الزوجة أن تؤثر على الزوج أكثر من الأقوال لأنه سيشعر أن إيمان زوجته إيمان حقيقي من القلب وليس إيماناً ظاهرياً. فلو شاهد الزوج زوجته وهي تقرأ الكتاب المقدس وتصلي وتذهب للكنيسة ولكنها لا تغفر له أخطاءه، وكلماتها جارحة، سيحكم على أولاد الله أنهم لا يختلفون كثيراً عن أبناء العالم، بل هو أفضل منهم .. على الأقل لا يكذب على نفسه، أما هؤلاء فمراؤون – لا ننسى أنه يرى أولاد الله متمثلين في زوجته – وبالطبع سيكون هذا سبب عثرة له، وستكون الزوجة خسرت نفس زوجها بسبب إيمانها الظاهري، ولنتذكر قول الزعيم الهندي غاندي[1]: **"لولا المسيحين لأصبحت مسيحياً."**

[1] هو الزعيم "المهاتما غاندي" درس القانون ببريطانيا وعمل كمحامي فترة بجنوب أفريقيا، ثم عاد للهند عام ١٩١٢ وفي غضون سنوات قليلة من العمل الوطني أصبح الزعيم الأكثر شعبية. وركز عمله العام على النضال ضد الظلم الاجتماعي من جهة وضد الاستعمار من جهة أخرى.

عزيزتي .. لا تعتبري نفسك قاضياً يحكم على تصرفات زوجك، أو تضعي نفسك في مكانة أعلى من زوجك لأنكِ ابنة لله وهو مازال يعيش في الخطية، وتذكري أنه لولا نعمة الله عليكِ لما كنتِ الآن في هذه المكانة التي وضعك فيها *الله*، فالجميع أخطأوا وأعوزهم مجد الله. لذا لا تضعي نفسك مكان الله وتُدينى زوجك وتذكري كلمات السيد المسيح: " لاَ تَدِينُوا لِكَيْ لاَ تُدَانُوا، لأَنَّكُمْ بِالدَّيْنُونَةِ الَّتِي بِهَا تَدِينُونَ تُدَانُونَ، وَبِالْكَيْلِ الَّذِي بِهِ تَكِيلُونَ يُكَالُ لَكُمْ. وَلِمَاذَا تَنْظُرُ الْقَذَى الَّذِي فِي عَيْنِ أَخِيكَ، وَأَمَّا الْخَشَبَةُ الَّتِي فِي عَيْنِكَ فَلاَ تَفْطَنُ لَهَا؟ أَمْ كَيْفَ تَقُولُ لأَخِيكَ: دَعْنِي أُخْرِجِ الْقَذَى مِنْ عَيْنِكَ، وَهَا الْخَشَبَةُ فِي عَيْنِكَ؟ يَامُرَائِي، أَخْرِجْ أَوَّلاً الْخَشَبَةَ مِنْ عَيْنِكَ، وَحِينَئِذٍ تُبْصِرُ جَيِّدًا أَنْ تُخْرِجَ الْقَذَى مِنْ عَيْنِ أَخِيكَ!" (متى ٧ : ١ ـ ٥)

أخيراً .. هل تصلين لله كل يوم حتى ..

* يعطيكِ الحكمة في طريقة تعاملك مع أسرتك؟
* يحافظ على زوجك ويحميه ويساعده في عمله؟
* يصبح زوجك ابناً حقيقياً لله وليس مجرد مسيحي بالاسم؟
* يساعدكِ على تربية أولادك في مخافته، ويحميهم من الشر الموجود حولهم في العالم؟

إن كانت إجابتك لا فمن المهم أن تعيدي حساباتك وتبدأي في الصلاة اليومية وقراءة الكتاب المقدس فهذا أمر مهم لكِ ولأسرتك، وهو العامل الأساسي الذي سيساعدك على جذب زوجك وأولادك للمسيح.

ثانياً: زوجة تشاركه أحلامه واهتماماته:

هل حقاً المثل القائل: "إن أقصر طريق لقلب الزوج معدته"؟، بعض الزوجات تشتكي من أزواجهن أنهم لا يتكلمون معهن كثيراً، ويفضلون الحديث مع أصدقائهم، بل وبعض الزوجات تشتكي بأن أزواجهن على علاقة بنساء أخريات، ويتسألن بغضب لماذا؟! .. ما السبب في ذلك؟! ...

عزيزتي الزوجة .. إن الإجابة على هذه الأسئلة تتوقف على إجابتك أنتِ على هذا السؤال: **هل أنتِ زوجة وصديقة لزوجك أم مكتفية بأن تكوني زوجة فقط؟**

ماهذا؟! .. هل يوجد فرق؟! .. نعم .. يوجد فرق .. فكثير من الزوجات تهتم باحتياجات زوجها الجسدية من طعام وشراب، وتتجاهل احتياجاته النفسية والفكرية، وعندما يحاول الزوج التحاور مع زوجته يجدها مستمعة غير جيدة بل وكثيراً ما تتجاهل كل ما قاله وتقوم بتحويل دفة الحوار لموضوع مختلف تماماً، هؤلاء هن الزوجات اللاتي من فئة الزوجات فقط، ونحن لا ننكر أن اهتمام الزوجة بالطعام والشراب أمر هام، لكن لا يجب أن يكون هذا هو شاغلها الشاغل.

أما الزوجة التي من فئة الزوجة والصديقة فهي التي تتخذ من مبدأ "**إن أقصر طريق لقلب الزوج هو التعامل مع عقله**" منهاجاً لعلاقتها بزوجها، فتتعامل مع عقله وليس مع معدته وجسده فقط، بمعنى أنها صديقة له تسمعه وتتناقش معه في أحلامه وطموحاته بل وكيفية تحقيقها، ولا تعطي تبريراً لإهمالها لحديث زوجها بأنها أحلامه هو في العمل فما دخلها هي في هذا الأمر؟!، وذلك لأنها مقتنعة تماماً أن نجاح زوجها في العمل سيكون له تأثير إيجابي على الأسرة جميعها.

عزيزتي الزوجة .. زوجك يحتاج منك أن تشاركيه أحلامه وطموحاته لذا عندما يتكلم عن مشاكله في عمله أو طموحاته اسمعي له بانتباه تاركة كل ما في يدك، ولا تُظهري

عدم اهتمام بحديثه، أو تحاولي أن تغيري من موضوع الحوار بحجة أنك لا تفهمي ما يقوله لأنه يخص عمله، وإذا حدث و لم تفهمي بعض الأمور لأنها تخص سياسيات عمله ناقشيه فيها حتى تستوعبي الفكرة، وتأكدي أنه لن يتضجر من أسئلتك بل على العكس سيشعر أنكِ مهتمة بحديثه ومُنصتة ومحاورة جيدة بدليل أسئلتك حول النقاط التي لم تفهميها. هذا الاهتمام سيُسعد زوجك ويشعره أنك متهمة به هو شخصياً، مما يزيد من حبه لكِ، ولن يلجأ لغيرك صديقاً له، وستكونين أنتِ أول من يبشره بخبر نجاحه وتحقيق حلمه الذي اشتركتِ معه في الحُلم به.

ولكن عزيزتي .. احذري من أن تخلطي بين الاهتمام بما يهتم به زوجك وبين محاولة التدخل في شئون عمله ويكون هوغير راغب بذلك، فلا تلحي عليه أن يحكي لكِ عن أخبار عمله وهو لا يريد. فقط كوني متاحة له .. إذا رغب في مشاركتك شاركيه، وإذا لم يرغب احترمي قراره في ذلك. كوني تلك الزوجة العاقلة والحكيمة التي يشعر الزوج أنها حقاً هدية من عند الله كما قال الكتاب المقدس: " اَلْبَيْتُ وَالثَّرْوَةُ مِيرَاثٌ مِنَ الآبَاءِ، أَمَّا الزَّوْجَةُ الْمُتَعَقِّلَةُ فَمِنْ عِنْدِ الرَّبِّ." (أمثال ١٩ : ١٤)

عزيزتي الزوجة ..كوني صديقة لزوجك وتفاعلي معه في أحلامه واهتماماته، ولا تنشغلي عنه بالمطبخ ومتطلبات البيت وتنسين شريكك، بل أعطي له وقتاً فهذا يعطيه قوة تدفعه في طريق النجاح .. لشعوره أن معه من يشاركه أحلامه وينتظر نجاحه .. وإذا شعرتِ أنه ليست لديك الدراية الكافية باهتمامات زوجك ابحثي عن المعلومات التي من الممكن أن تفيدك في هذا الأمر سواء من خلال القــراءة أو النت ... أو غيرها من المصادر التي تعطيكِ القدرة على مناقشة زوجك فيما يهتم ويَحْلم به.

وتذكري أن " حِكْمَةُ الْمَرْأَةِ تَبْنِي بَيْتَهَا، وَالْحَمَاقَةُ تَهْدِمُهُ بِيَدِهَا."

(أمثال ١٤:١)

ثالثاً: زوجة راضية غير متذمرة:

إن الشكوى والتذمر صفتان تنتشران بصورة أوسع بين الزوجات عنها بين الأزواج، لست أدري ما السبب ولكن هذه هيّ الحقيقة، ربما بسبب طبيعة النساء والتي تتميز بحبها للتعبير عن ألمها وضيقها بالكلام، وأيضاً حبها للمقارنة، فنجد أن الزوجة تقارن دائماً نفسها بغيرها، وتبدأ بالتذمر والشكوى على حالها إذا ما وجدت زوجة أخرى أوفر حظاً منها. وقد وصفت الكاتبة **"كارول مايهول"** صفة الشكوى والتذمر في كتابها **"كلمات تجرح وكلمات تشفي"** فقالت: **"أما الحشرة الصغيرة التي تلدغنا دائماً وتسبب لنا متاعب فهيّ تلك العادة المميتة وهيّ التذمر والشكوى"**. فإن الحشرة عندما تلدغنا نشعر بالألم الجسدي، والتذمر أوالشكوى صفة عندما تُصيبنا نتألم نفسياً ومعنوياً.

من أين تأتي روح التذمر والشكوى ؟

تأتي من عدم الرضا والقناعة بأحوالنا، وذلك كما سبق القول بسبب مقارنة الزوجة بغيرها من الزوجات، لذا فإن أول خطوة للشفاء من داء التذمر هو عدم مقارنة نفسك بأحد بل اشكري الله على حالك دائماً، وتأكدي أن الذي بين يديك تتمناه زوجات كثيرات .. **"اشْكُرُوا فِي كُلِّ شَيْءٍ، لأَنَّ هذِهِ هِيَ مَشِيئَةُ اللهِ فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ مِنْ جِهَتِكُمْ."** (**تسالونيكي الأولى ٥:١٨**).

هذا بخلاف أن التذمر يجعل زوجك يشعر بأنه مُقصر في حقك، حيث أنه لا يستطيع أن يقدم لكِ الحياة السعيدة التي تتمنيها، لأنه غير قادر على تلبية احتياجاتك، وهذا الشعور يحزنه كثيراً. فكم هو صعب على الزوج أن يشعر أنه غير قادر على إسعاد أهل بيته، رغم المجهود والتعب الذي يبذله ليرفع من شأن أسرته مالياً.

عزيزتي الزوجة .. كوني أنتِ شمعة الأمل التي تضيء لأسرتك وسط ظلام صعوبات الحياة المالية، فمن صفات الزوجة الفاضلة التي ذكرها الكتاب المقدس في سفر الأمثال، أن ابتسامتها لا تفارق وجهها: " اَلْعِزُّ وَالْبَهَاءُ لِبَاسُهَا، وَتَضْحَكُ عَلَى الزَّمَنِ الآتِي." (أمثال٣١:٢٥) .. وإذا شعرتِ يوماً أن روح التذمر بدأت تتسرب إلى قلبك بسبب أحوالك المادية تذكري كلمات الآيات المذكورة في رسالة الفرح فيلبي: " لاَ تَهْتَمُّوا بِشَيْءٍ، بَلْ فِي كُلِّ شَيْءٍ بِالصَّلاَةِ وَالدُّعَاءِ مَعَ الشُّكْرِ، لِتُعْلَمْ طِلْبَاتُكُمْ لَدَى اللهِ. وَسَلاَمُ اللهِ الَّذِي يَفُوقُ كُلَّ عَقْلٍ، يَحْفَظُ قُلُوبَكُمْ وَأَفْكَارَكُمْ فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ." (فيلبي ٤:٦و٧)

صلي بكل قلبك واضعة أمام الله ظروفك المالية .. طالبة منه أن يمنحك سلامه الذي وعد به في تلك الآيات والذي يفوق كل ظروف صعبة تمرين بها.

رابعاً: تثق في قدارته:

يأتي الزوج سعيداً لزوجته يبشرها بأن لديه فرصة في العمل أن ينتقل من وظيفته الحالية لوظيفة أعلى ولكن حتى يحصل عليها مطلوب منه أن يجتاز في أمر ما .. مثل دراسة معينة .. مهارة ... ولكن في ظل وجود منافسة بين زملائه يزداد الأمر صعوبة، لذا فهو عندما يخبرها بهذا ينتظر منها أن تشجعه وتدفعه للأمام، وتُظهر له مدى ثقتها في قدارته على اجتياز تلك الصعوبات. وتحدث المفاجأة .. إذ توبخه زوجته على دخوله تلك المنافسة، وتوضح له مدى صعوبة الأمر .. وأنه ليس لديه الإمكانيات التي تجعله يتفوق على منافسيه وبالتالي ليس لديه فرصة الحصول على هذا المنصب، وكل ما سيجنيه من تلك المنافسة هو الإحباط والخجل أمام زملائه بسبب فشله. وعندما يحاول أن يعاتبها بسبب كلماتها الجارحة التي سببت له إحباطاً .. تغضب وتبرر بأنها تريد له الخير، فهي زوجته وتحبه، لذا فهي تخبره بالحقيقة كاملة حتى لا يُصدم إذا فشل، وهذا أفضل من أن تخدعه، مستعينة بالآية التي في (سفر الأمثال ٢٧:٦) القائلة: "أَمِينَةٌ هِيَ جُرُوحُ الْمُحِبِّ، وَغَاشَّةٌ هِيَ قُبْلاَتُ الْعَدُوِّ.". عندها يتوقف الزوج عن التفكير في التقدم والنجاح في حياته العملية لأن قدراته وإمكانياته بحسب رأي زوجته أقل من أن يحصل على مراكز عالية في عمله.

عزيزتي الزوجة .. إن الزوج لا يهتم بانتقاد الآخرين له قدر اهتمامه بانتقادك له، ولا يهتم إذ لم يثق في قدراته أحد قدر اهتمامه بثقتك أنتِ في إمكانياته وقدراته. وكلما ازدادت ثقتك فيه كلما تقدم للأمام ونجح في حياته، أما إذا كانت هذه الثقة غير متوفرة فسوف يصاب زوجك بالإحباط واليأس ويظل كما هو، وبمرور الوقت يتراجع للخلف. لذا فإن نجاح زوجك متوقف على قدر ثقتك فيه.

فلاتبخلي عليه بإظهار ثقتك في إمكانياته وتشجيعه على التقدم للأمام واجتياز أي صعوبات يواجهها. أما فيما يخص الآية " أَمِينَةٌ هِيَ جُرُوحُ الْمُحِبِّ، وَغَاشَّةٌ هِيَ قُبْلاَتُ الْعَدُوِّ."، فالمقصود منها أنه إذا أخطأ إنسان نحبه علينا مواجهته ليس بغرض الإدانة ولكن خوفاً عليه من التمادي في هذا الخطأ.

يصف الكتاب المقدس الزوجة الفاضلة في سفر الأمثال ٣١:١٢ أنها " تَصْنَعُ لَهُ خَيْرًا لاَ شَرًّا كُلَّ أَيَّامِ حَيَاتِهَا". أي تصنع لزوجها الخير لا الشر

فهل عندما لا تثقين في قدرات وإمكانيات زوجك وتكونين السبب في فشله، تصنعين له خيراً أم شراً؟.

إن زوجك عندما يلمس ثقتك فيه يفعل المستحيل حتى يكون عند حُسن ظنك، ويتقدم للأمام وينجح في حياته العملية لأن خلفه امرأة تثق فيه وبأنه قادر أن يكون شخصاً ناجحاً في *عمله*.

خامساً: لا تُهمل نفسها:

تهمل الزوجة نفسها على الأغلب بعد انتهاء شهر العسل والعودة للحياة العملية، حيث تجد الزوجة نفسها تذهب صباحاً للعمل ثم تعود لبيتها لتبدأ عملاً آخر خاص بتلبية احتياجات أسرتها، فترتبك بمشغولياتها وتنسى نفسها. ويجد الزوج نفسه أمام امرأة غريبة عليه لم يرها من قبل، فيحاول أن يقنعها بالعودة لما كانت عليه سابقاً وتزيل رائحة الثوم والبصل من جسدها، وتهتم بنفسها كما كانت تفعل، ولكن يكون رد فعل الزوجة ثورة وغضباً وتتهمه بأنه لايقدّر تعبها ومجهودها، فهي تتعب وتعمل مثله في الخارج وفي نفس الوقت غير مسموح لها بالتقصير في متطلباته هو شخصياً بجانب متطلبات البيت. ورغم كل المجهود الذي تبذله لترضيه، إلا أنه متذمر عليها ويلومها، بدلاً من أن يساعدها أو على الأقل يشكرها!!. ويظل الحال كما هو عليه، حتى ييأس الزوج من تعديل الوضع، وتفتر العلاقة بينهما، وتغضب الزوجة، وتتساءل لماذا هجرني زوجي؟!، لماذا لم تظل العلاقة بيننا كما كانت؟!، ما الذي فعلته لكل هذا؟!، ماهو التقصير الذي قمت به في حقه لأجني هذه المعاملة منه؟!

عزيزتي الزوجة .. أنتِ فعلاً لم تُقصري في طلبات زوجك كزوجة ولكن خانك التوفيق أن تلبي طلباته كحبيبة. فالزوج يحتاج أن يعود من عمله ليجد زوجته بصورتها التي كان يراها دائماً قبل الزواج وخلال شهر العسل. لذا من المهم أنه وسط مشغولياتك الكثيرة هذه أن تخصصي وقتاً تهتمين فيه بنفسك وبمظهرك، فهذا من حقك قبل أن يكون من حق زوجك عليكِ. من الجائز أن يكون هذا صعباً في البداية، ولكن إذا حاولتِ أن تنظمي وقتك سيتيح لكِ هذا أن تخصصي هذا الوقت. فمثلاً اختاري الوقت الذي يكون فيه زوجك خارج المترل وقومي بتنظيفه وترتيبه وإعداد الطعام. فأنا أعرف زوجة تستيقظ مبكراً عن عائلتها وقبل عملها لإعداد طعام اليوم.

وهكذا إن وضعتِ على قلبك هذا الأمر ستحاولين وتبتكرين طُرقاً لتنظيم وقتك، ومن ثَم يتسنى لكِ الوقت لتهتمي فيه بنفسك. كما أنه من الممكن أن تطلبي مساعدته في الأمور التي يستطيع القيام بها، وتأكدي أنه لن يمانع في المساعدة لو كان مقابل هذا عودة زوجته للصورة التي وقعت عليها عيناه في أول لقاء بها.

ولكن احذري من الطريقة التي تطلبي بها المساعدة، فالزوج لا يحب طريقة الإجبار بل سيَقبل بصدر رحب مساعدتك لو كانت طريقتك تدل على احتياجك له ولمساعدته.

عزيزتي .. إن زوجك يرى نساء كثيرات غيرك .. سواء زميلة .. أو زبونة .. أو جارة ... وهو بدون قصد يقارنهن بكِ .. فلا تعتمدي على أنك أصبحتِ زوجته ومهما كانت المقارنة في صالح الأخريات لن يستطيع أن يفلت من حبل الزواج!!.

فأيهما أفضل ..

أن يعود إليك وهو مشتاق لكِ ولا يرى في العالم غيرك .. أم يعود إليك لأنه لا مفر له من ذلك؟

إن اهتمام الزوجة بنفسها وصية في الكتاب المقدس، وهو من سمات الزوجة الفاضلة وذلك في (سفر الأمثال ٣١:٢٢)

" تَعْمَلُ لِنَفْسِهَا مُوَشَّيَاتٍ. لِبْسُهَا بُوصٌ وَأُرْجُوانٌ."

فهي بالرغم من مشغولياتها في عملها واعتنائها بأسرتها واهتمامها بتلبية طلباتهم، لم تنسَ أن تهتم بملابسها وبمظهرها الخارجي.

سادساً: تُشبع احتياجه الجنسي:

يتمتع الزوجان بالعلاقة الجنسية حتى قدوم أول طفل. حيث تبدأ غريزة الأمومة تتغلب على المرأة وتنتصر على دورها كزوجة، وبعد أن كان الاهتمام كله مُنصباً على الزوج، أصبح يوجد شريك آخر يشاركه في حب زوجته، وبعد أن كان كل الوقت للزوج أصبح يوجد من يأخذ كل الوقت غيره. فنجد أن الأم بمجرد أن تسمع صوت طفلها يبكي أو يناديها، تترك كل ما في يديها وتسرع إليه، حتى لو كانت في أحضان زوجها، فهي تفقد كل متعتها بمجرد سماع صراخ ابنها. وهنا تبدأ المشكلة حيث أن الزوج يشعر أنه أصبح مركوناً على الرف، لا يستطيع حتى أن يستمتع بلقائه الحميم مع زوجته لانشغالها بدورها كأم وإهمال دورها كزوجة عليها واجب تجاه زوجها.

عزيزتي الزوجة .. يقول الكتاب المقدس "لِيُوفِ الرَّجُلُ الْمَرْأَةَ حَقَّهَا الْوَاجِبَ، وَكَذلِكَ الْمَرْأَةُ أَيْضًا الرَّجُلَ. لَيْسَ لِلْمَرْأَةِ تَسَلُّطٌ عَلَى جَسَدِهَا، بَلْ لِلرَّجُلِ. وَكَذلِكَ الرَّجُلُ أَيْضًا لَيْسَ لَهُ تَسَلُّطٌ عَلَى جَسَدِهِ، بَلْ لِلْمَرْأَةِ. لاَ يَسْلُبْ أَحَدُكُمُ الآخَرَ."

(كورنثوس الأولى٧:٣- ٥)

من خلال هذه الآيات نجد أن كل طرف من الزوجين عليه مسئولية تجاه الطرف الآخر في إشباع احتياجات شريكه الجنسية، وأن لا يمنع نفسه عن شريكه، فلا يجب أن يسلب الزوج حق الزوجة في العلاقة الجنسية، والعكس لا يجب أن تسلب الزوجة حق اشباع زوجها جنسياً[٢]. لذا حاولي أن تشركي زوجك في رعاية طفلكما، وذلك يكون بمحبة وليس أمراً منك، فالزوج لا يحب أن يشعر أن زوجته تفرض عليه مساعدتها، أو أن تكون علاقتك معه مشروطة برعايته للطفل، ولكن بالحب وتوضيح أنكِ تحتاجين لمساندته لكِ في العناية بابنكما. إن الحكمة في الكلام مع زوجك لتوضيح احتياجك

[٢] تكلمنا عنها بالتفصيل في الفصل الثاني/ الكتاب الثالث (لنعبر معاً الخط الأحمر)

مهمة جداً، ليتفهم موقفك ويقدم يد المساعدة لكِ، ومن ثَم يتاح لكما أن تقضيا وقتاً خاصاً معاً.

عزيزتي الزوجة .. يحذرنا الكتاب المقدس من عدم إشباع شريك الحياة جنسياً وذلك في تكملة الآية التي ذكرها في (كورنثوس الأولى ٧:٥): "لاَ يَسْلُبْ أَحَدُكُمُ الآخَرَ، إِلاَّ أَنْ يَكُونَ عَلَى مُوافَقَةٍ، إِلَى حِينٍ، لِكَيْ تَتَفَرَّغُوا لِلصَّوْمِ وَالصَّلاَةِ، ثُمَّ تَجْتَمِعُوا أَيْضًا مَعًا لِكَيْ لاَ يُجَرِّبَكُمُ الشَّيْطَانُ لِسَبَبِ عَدَمِ نَزَاهَتِكُمْ.". حتى في وقت الصوم والصلاة يجب تحديد المدة ويجب أن يوافق الطرفان، وذلك حتى لا يجرب الشيطان الطرف الضعيف الذي لا يستطيع أن يتحمل منع نفسه من ممارسة الجنس مع شريكه[٣] وعلى الأغلب يكون الطرف الضعيف في هذه النقطة هو الزوج، وذلك لأن الجنس هو الاحتياج الأول له ولابد من تسديده، ومن الصعب أن نقنع الزوج أن يقمع هذا الاحتياج أو يتجاهله. والنتيجة الهزامه أمام تلك التجربة فيلجأ للمواقع الإباحية والعادة السرية لأن زوجته أهملته وأهملت احتياجه الجنسي وانشغلت عنه بطفلها. فاحرصي عزيزتي الزوجة على إشباع زوجك جنسياً .. لأنه مَن سيُشبع هذا الاحتياج غيرك؟!.

إن زوجك هو ابنك البكر الذي من المهم جداً الاهتمام به وباشباع احتياجاته، وتوصيل رسالة له: أنه كان ومازال الأول في حياتك، ولن يأخذ منه هذه المكانة أحد حتى ولو كان هذا الشخص هو ابنكما.

[٣] تكلمنا عنها بالتفصيل في الفصل الثاني/ الكتاب الثالث (لنعبر معاً الخط الأحمر)

سابعاً: لا تزرع الشر في قلبه:

يوجد نوع من الزوجات تشبه البترين الذي يزيد من اشتعال النار، عندما يأتي الزوج وهو غضبان ثائر من أمر ما، بدلاً من أن تحاول تهدئته، تزيد من ثورته، بكلام سلبي هائج. ولأنه يكون متوتراً فإن أي كلمة سلبية من زوجته تكون السبب في زرع الحقد والشر في قلبه تجاه من يشتكي منهم.

كما يوجد نوع آخر من الزوجات لا يحلو لها الشكوى والتضجر من أمر ما إلا عند عودة زوجها مباشرة من عمله، فبمجرد أن يفتح الباب تنهال عليه بالشكوى من هذا وذاك .. وفلان عمل .. وعلان قال ... ويكون هو في قمة تعبه ويحتاج للراحة والهدوء، ولكن بدلاً من ذلك يجد التوتر والقلق، فيشعر بالغيظ من فلان وعلان اللذين كانا السبب في وجود التوتر بالبيت، لدرجة أن زوجته لم تستطع أن تنتظر وتصبر عليه حتى يتناول الطعام ويرتاح قليلاً، فتكون زوجته السبب في زرع الشر في قلبه تجاه من تشتكي هي منهم لأنهم تسببوا في زيادة إرهاقه بدلاً من الراحة بعد عمله.

عزيزتي الزوجة .. إذا جاء زوجك وهو ثائر على شخص أو أمر ما فلا تكوني مثل البترين، بل مثل الماء التي تطفيء النار، حتى ولو كان بداخلك غضب لا تُظهريه، فالثورة والغضب لن يفيدا في شيء، ولكن من الحكمة التعامل مع المشكلة بهدوء، واسمعي له بعقلك وليس بقلبك، وناقشيه في المشكلة التي يواجهها محاولة إيجاد حل لها، وإذا لم تنجحا في ذلك يكفي أن تمتصي غضبه بكلمات مشجعة توضح له مدى ثقتك بأن الله قادر أن يساندكما ويضع أمامكما الحل، فقط عليكما اللجوء له طالبين العون.

أما إذا كنتِ أنتِ الثائرة من أمر أو شخص ما، انتظري واصبري على زوجك حتى يتناول طعامه ويهدأ ويرتاح ثم تكلمي معه، فمن حقك أن تشاركيه بما يؤلمك ولكن اختاري الوقت المناسب، كي تحصلي على الحل المناسب والمفيد.

عزيزتي ..

إن المضايقات في حياتنا كثيرة لذا من المهم أن تعرفي كيف تتعاملين معها وكيف تتحكمين في نفسك وفي رد فعلك تجاه هذه المضايقات حتى لا تثيري غضب زوجك ويكون الحصاد تعقيد المشكلة أكثر واحتمالية ضرر لمستقبله.

أما إذا كانت المضايقات واقعة عليكِ فمن المهم أن تعرفي ماهو الوقت المناسب لسردها على زوجك حتى لا تزرعي الشر في قلبه وتحصدي أنتِ نتيجة زرعك.

كوني مثل الزوجة الفاضلة التي تكلم عنها الكتاب المقدس في سفر الأمثال ٣١:٢٦

" تَفْتَحُ فَمَهَا بِالْحِكْمَةِ، وَفِي لِسَانِهَا سُنَّةُ الْمَعْرُوفِ."

الفصل الثاني

ماذا تحتاج الزوجة من الزوج؟

أولاً: الإحساس بالأمان:

من الاحتياجات الأساسية التي تحتاجها المرأة الإحساس بالأمان، فهو الاحتيـاج الأول للزوجة الذي يجب على الزوج أن يشبعه.

كيف تشعر الزوجة بالأمان؟

كيف يشبع زوجها هذا الاحتياج؟

متى تشعر الزوجة بعدم الأمان؟

هذه الأسئلة إجابتها في جملة واحدة وهي:

عندما يفي الزوج بوعوده لزوجته عندئذ يُشبع هذا الاحتياج لها، وعندئذ تشعر الزوجة بالأمان.

كانت مشكلة منال الأساسية مع زوجها أنها لا تشعر بالأمان معه، وعندما تكلمت معها عرفت السبب الحقيقي، فعندما تقدم لها أشرف لخطبتها كان شرطها الأساسي ألا تسكن مع والدته لاقتناعها الكامل أن هذا يثير المشاكل، لذا من الضروري أن يرتب لها سكناً غير السكن المقيم فيه مع والدته، ولأنه غير قادر على هذا قررت والدته بأن تتخذ لنفسها سكناً آخر "إيجار جديد" وتترك له المكان ليسكن فيه مع منال ويكون هو عش الزوجية. ترددت منال خوفاً من أن يكون هذا الأمر مؤقتاً، فناقشت الموضوع مع أشرف لتتأكد من استمرار الوعد، بل وطمأنته أنها غير متعجلة على الزواج، ومن الممكن أن تنتظر حتى يستطيع أن يشتري لها الشقة. ولكن والدته أصرت على موقفها، كذلك هو، ووعدها أن والدته لن تعيش معهما بعد ذلك. ولكنها فوجئت بعد زواجها بشهر أن أشرف يفتح معها موضوع عودة والدته للسكن معهما، مع محاولة

الضغط عليها، مبرراً ذلك بأن ضميره يؤنبه على أنه جعل والدته تترك سكنها وتسكن بمفردها!! .. وابتدأت المشاكل بسبب هذا الأمر وشعرت منال بالانزعاج من ضغط أشرف عليها رغم وعده لها قبل الزواج. وبدأت مشاعر عدم الأمان من الغد تتوغل بداخلها، فكيف تشعر بالأمان مع زوج يعد ولا يفي؟!، فهو إذا وعدها اليوم بأمر حتى يطمئنها كيف لها أن تتأكد أنه سينفذ وعده لها؟!.

يوجد بعض الأزواج يلجأون لهذه الطريقة – وعد زوجاتهم بالقيام بأمر ما – تجنباً لأي جدال أو حوار، ثم بعد ذلك ينتهي الأمر بالنسبة له وينسى وبالتالي لا يلتزم بوعده، غير مدرك أن زوجته تنتظر تنفيذ هذا الوعد، وتشعر بالإحباط عندما لا يفي بوعده لها، ومرة بعد مرة تفقد الثقة فيه وبالتدريج تشعر بعدم الأمان.

لذا عزيزي الزوج .. قبل أن تعد زوجتك بأي أمر عليك أن تتأكد أنك قادر على تنفيذه وذلك حتى تشعر زوجتك بالأمان وهي معك، وإذا حدث أمر طارئ جعلك لا تستطيع أن تفي بوعدك من المهم أن تخبرها بالأمر ولا تتجاهلها، فهذا يشعرها بأنك مهتم بها وبأنك لم تنسَ وعدك لها. أما التجاهل فيجعلها تشعر بالإحباط والضيق مما يؤدي لتوتر العلاقة بينكما. كما أنه يؤثر على علاقتكما الجنسية حيث أن عدم الأمان عند الزوجة يجعلها تشعر بالخوف من الغد ويتوغل التوتر والقلق بداخلها وهذا بدوره يؤثر في رغبتها الجنسية[4]، مما يؤثر على علاقتها الجنسية مع زوجها.

---

[4] راجع مبدأ الطبيعة والنظرة المختلفة للرجل والمرأة للعلاقة الجنسية / الكتاب الثاني / الدواعي الأمنية للخلافات الزوجية

عزيزي الزوج ..

الاحتياج الأول عند زوجتك والذي تحتاجه منك هو الإحساس بالأمان، ولن تستطيع أن تلبي هذا الاحتياج لها إلا إذا كنت محل ثقة عندها، وذلك من خلال تنفيذ وعودك لها.

يقول الكتاب المقدس:

" رَجُلٌ ذُو رَأْيَيْنِ هُوَ مُتَقَلْقِلٌ فِي جَمِيعِ طُرُقِهِ." (يعقوب ١ :٨)

إن الزوج الذي يعد ولا يفي بوعده مثل الرجل ذو الرأيين عند زوجته لأنها تشعر أنه ليس له رأي ثابت ومايقوله لا يعمله، بالتالي لا يستحق أن تثق فيه.

فهل تريد لزوجتك أن تشعر بالأمان وهي معك، اجعلها تثق فيك وفي كلامك وذلك بأن تفي بوعودك معها.

ثانياً: الاستماع لها وقت الضغط:

من أساسيات مظاهر الاهتمام والحب عند المرأة هو الاستماع والمواجدة مع الآخرين وخاصة وقت الضيق .. لذا عندما لا يهتم زوجها بأن يسمع لها عندما تحتاج منه ذلك تصل لها رسالة أنه لا يهتم بها و لم يعد يحبها.

من طبيعة المرأة أنها تشبه البحر تتأرجح دائماً بين مستويين وهي ما تسمى الدورة العاطفية للمرأة:

١) **قمة الموجة:** في هذه المرحلة تتقبل الزوجة أي أمر سلبي دون تذمر .. تتحمل الضغوط .. تحتوي كل عيوب زوجها ولا تعاتبه على أي تصرف خطأ .. الحياة عندها تكون جميلة ولا يعكر صفوها أي حدث.

٢) **انكسار الموجة أومايسمى "قاع البير":** هذه المرحلة هي مرحلة تنفيث للمرأة عن كل السلبيات التي تحملتها في المرحلة السابقة، وفيها تكون غير قادرة على التعامل مع أحد أو عمل أي شيء، بل وتتذكر كل السلبيات من حولها بما فيها سلبيات زوجها، مهما كانت الأحداث والأمور من حولها إيجابية، حيث يسود الحزن عليها وترى الحياة قاتمة، ولا يكون لديها سبب محدد لذلك.

هذه الدورة لا تكون بقرار شخصي منها ولكنها طبيعة في سيكولوجية المرأة[٥]، فهي تنتقل من مرحلة لأخرى دون سابق إنذار، حيث من الممكن أن تكون قضت يوماً ممتعاً ثم تنام وتستيقظ لتجد نفسها تمر بحالة من الكآبة، غير راغبة بعمل أي شيء أو مقابلة أحد، وأحياناً تكون مصاحبة برغبة في البكاء دون سبب واضح لذلك، ولكن كما سبق القول إنها في هذه المرحلة تقوم بعملية تنفيث لما تعرضت له من ضغوط وتحملتها في فترة قمة الموجة.

[٥] الاختلافات الطبيعية بين الرجل والمرأة/ الكتاب الثاني (الدواعي الأمنية للخلافات الزوجية)

في المرحلة الأولى لا تحتاج الزوجة لاستماع زوجها لها، ولكن في المرحلة الثانية تحتاجه بشدة.

كيف يتعامل عادة الزوج مع المرحلة الثانية؟

يحاول أن يخرجها من قاع البير قبل أن تصل له، حيث يطلب منها أن تخرج من هذه الحالة ولا تستسلم لهذه المشاعر السلبية، غير مدرك أنه بهذا يمنعها من التنفيث الذي تحتاج له والذي يساعدها بعد ذلك أن تمر بمرحلة قمة الموجة.

ومن هنا نجد أنه من الخطأ أن يمنع الزوج زوجته أن تنزل لقاع البير، بل عليه أن ينزل معها، وهذا ما تحتاجه الزوجة، أن يسمع لها ويشعر بها، وكلما كان الزوج مستمعاً جيداً في هذه المرحلة كلما انتهت بسرعة وارتفعت الزوجة لقمة الموجة. ولكن إن أهمل الزوج الاستماع لها في هذه المرحلة، فبمرور الوقت لن تمر الزوجة بأي من المرحلتين، بل ستعاني من "**التسطيح**" أي .. لا شيء يسعدها ولا شيء يحزنها، اليوم مثل الغد مثل الأمس، حيث يسود على حياتها الفتور وتتبلد مشاعرها، وهذا الفتور يشمل الفتور الجنسي أيضاً.

عزيزي الزوج ..

يقول الكتاب المقدس: " **بِكُلِّ تَوَاضُعٍ، وَوَدَاعَةٍ، وَبِطُولِ أَنَاةٍ، مُحْتَمِلِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا فِي الْمَحَبَّةِ.**" (**أفسس ٤: ٢**)، فزوجتك في هذه المرحلة تحتاج أن تحتملها بصبر وطول أناة حتى ترتفع من قاع البير، وهذه هي المحبة الحقيقية التي يطالبك بها الله. كما أنها تحتاج منك أن تسمعها وتتواصل مع مشاعرها .. أن تسمع لها بقلبك قبل أذنك .. أن تسمع بقلبك وليس بعقلك، فهي لا تحتاج منك تقديم النصيحة في كيفية الخروج من هذه الشرنقة التي تتقوقع فيها .. ولا تحتاج أن تمسك يديها محاولاً رفعها لأعلى البير .. ولكن تحتاج منك أن تدخل معها للشرنقة .. أن تنزل معها لقاع البير .. تشعر بمشاعرها .. عندها فقط ستخرج من الشرنقة وترتفع من قاع البير ..

فقط تأنى وكن صبوراً معها في هذه المرحلة وبجانب ذلك كن مستمعاً ومنصتاً جيد.

ثالثاً المساندة:

يوجد بعض الأزواج حتى يهرب من المشاكل يتخذ موقف السلبية عندما تشتكي له الزوجة من أمر أو شخص ما، وخاصة إذا كان الأمر يخص أهله، تحت مبدأ أن الأمور ستهدأ بمرور الأيام، وهذا الأمر يغيظ الزوجة وخاصة إذا كانت تشعر بالظلم، كما أنها تشعر بأن لا سند لها ولا يوجد من يدافع عنها، بل عليها مواجهة كل ما يضايقها بمفردها، وهذا الأمر يسبب لها ألماً، فليس هذا ما تمنته، لقد كانت تتمنى زوجاً قوياً يدافع عنها ضد الظلم الواقع عليها، وليس زوجاً سلبياً!!.

لذا، على الزوج أن يساند زوجته ويتخذ موقفاً إيجابياً إذا لزم الأمر وخاصة عندما يكون الأمر يخص:

- **الأهل**: إن إتخاذ الزوج موقفاً سلبياً تجاه أمر ما يخص أهله معتقداً أن الأيام قادرة أن تعالج هذا الموقف تفكير خاطئ. فالتجاهل والسلبية يزيد الأمر سوءاً، لأن علاج الجرح لا يتم من خلال تجاهله ولكن بتطهيره ومداواته، هنا يتم الشفاء منه. لذا على الزوج أن يفهم موقف زوجته جيداً، وإن وجد أن الخطأ من جانب أهله عليه أن يساند زوجته ويعالج الأمر معهم. وليس المقصود هنا هو التشاجر مع الأهل وخسارتهم من أجل الزوجة، ولكن المساندة بمعنى تفهم موقف الزوجة والتكلم مع الأهل بهدوء وحكمة موضحاً لهم الخطأ الذي قاموا به. فلا تجاهل الموقف مطلوب، ولا القسوة مع الأهل مطلوبة، لذا على الزوج أن يكون حمامة سلام بين أهله وزوجته ولكن بالطريقة الإيجابية.

أما إذا وجد الزوج أن زوجته هي المخطئة فعليه أيضاً أن يساندها بالاستماع، ولكن بعد ذلك يجب أن يتكلم معها بهدوء موضحاً لها الخطأ الذي قامت به. ولأن هذا الأمر حساس حيث أنه من الممكن أن تتهم الزوجة زوجها بأنه يساند أهله

وينصرهم عليها، لذا فالزوج يحتاج لحكمة في الكلام وتحديد النقاط التي أخطأت فيها زوجته، على شرط أن يسبق هذا السمع والمساندة.

وفي كلتا الحالتين لابد أن يكون موقف الزوج إيجابياً مع حكمة في التعامل مع الموقف. لذا عزيزي الزوج .. اطلب دائماً من الله الحكمة في حل الخلافات بين زوجتك وأهلك، وفي نفس الوقت لا تخسر أي طرف منهما بل حاول أن تبني جسور محبة بينهما ولا تنسَ أن: "رَابِحُ النُّفُوسِ حَكِيمٌ." (أمثال ١١: ٣٠).

- **الأبناء:** يوجد من الأزواج من يعمل طوال النهار وعندما يعود من العمل ليلاً وتشتكي زوجته من الأبناء بسبب تصرف خطأ قاموا به، يتخذ موقفاً سلبياً على أساس أنه يتركهم طوال النهار ومن غير المعقول أنه في هذا الوقت القصير الذي يراهم فيه يعاقبهم. وبالتالي تشعر الزوجة بالضيق حيث أن مسئولية تربية الأبناء تقع على عاتقها وحدها، وأحياناً تشعر الزوجة أن الأولاد يميلون لوالدهم أكثر، حيث التدليل والحرية، أما الشدة فمركزها هي، والأكثر من ذلك أن زوجها لا يساندها عندما يخطئ الأبناء وتلجأ له. لذا من المهم أن يساند الزوج موقف زوجته تجاه الأبناء خاصة عندما تكون محقة في ذلك، كي لا يشعر الأولاد بعدم اتفاق والديهم في الرأي، حتى لا ينتهزوا هذا الأمر ويلجأوا للوالد دائماً في كل مرة يحتاجون لأمر ما لأنه لا يرفض لهم طلباً مهما كان، مما يزيد العبء على الأم لأن عليها أن تختار بين أمرين .. إما تنفيذ ما وافق عليه زوجها حتى لو كانت غير مقتنعة، أو الرفض فتظهر أمام أولادها بأنها الطرف القاسي. وفي كلتا الحالتين لن تكون سعيدة لأنها ستخسر أولادها في المستقبل، إما بسبب التدليل الزائد وعدم الاتفاق على رأي ومبدأ واحد لتربيتهم، أو بسبب بُعد الأولاد عنها وميلهم لوالدهم.

أما إذا كانت هي المخطئة فالمساندة هنا بمحاولة تهدئتها وسماعها، وبعد ذلك عليه أن يناقشها في المشكلة حتى يصلا معاً للحل، ولكن مع الحرص على أن لا يعرف الأبناء بأن والدهم كان في صفهم ضد والدتهم، فيأتي تصحيح الخطأ منها هـــي، دون أن يظهر أن الوالد هو الذي أملى عليها هذا التصرف. المهم في النهاية يشعر الأبناء أن والدهم يساند والدتهم، وتشعر الزوجة أن زوجها لم يتجاهلها ولكنـــه كان خير سند لها عندما احتاجت له.

عزيزي الزوج ..

يقول الكتاب المقدس:

" أَخِيرًا أَيُّهَا الإِخْوَةُ افْرَحُوا. اِكْمَلُوا. تَعَزَّوْا. اِهْتَمُّوا اهْتِمَامًا وَاحِدًا."

(كورنثوس الثانية ١٣ : ١١)

فزوجتك تحتاج أن تشعر بأنك تهتم بما تهتم به وأن مايضايقها يضايقك، تحتاج أن تشعر بأنه يوجد من يساندها في حياتها، ويتخذ مواقف إيجابية، ولا يتجاهل ألمها.
أما إذا شعرت أن زوجتك مخطئة فالحل أيضاً ليس في التجاهل ولكن في المســـاندة بالسمع والنقاش معها حتى تتفهم الموقف وتصل لنقطة الخطأ الذي قامت به.
المهم في كلتا الحالتين عزيزي الزوج: لا تتخذ موقف السلبية اعتقاداً منك أن هـــذا يقلل من الجدال والشجار، فالسلبية عادة تأثيرها إما زيادة في الشجار أو فتـــور في العلاقة بين الزوجين.

رابعاً الحوار:

يوجد بعض الأزواج يهمل الحوار مع زوجته، ويعاملها كأنها جماد، وأن دورها هو تنفيذ الأوامر دون حوار، لأنه هو الرجل الذي يفهم كل شئ ولا يخطيء .. أما هي فامرأة أقل منه في العقل ولا تستطيع أن تفكر بطريقة صحيحة. بالرغم أن الله عندما خلق حواء خلقها معيناً ونظيراً ولم يخلقها ككائن أقل من الرجل: "**وَقَالَ الرَّبُّ الإِلهُ: «لَيْسَ جَيِّدًا أَنْ يَكُونَ آدَمُ وَحْدَهُ، فَأَصْنَعَ لَهُ مُعِينًا نَظِيرَهُ.**" (تكوين ٢: ١٨).

للأسف في مجتمعنا الشرقي يتعامل الرجل مع المرأة على أنها كائن أقل في الذكاء والعقل منه، مع أن الله عندما خلق حواء خلق لها نفس العقل والتفكير "**فَأَصْنَعَ لَهُ مُعِينًا نَظِيرَهُ**"، وعندما طلب الله من الزوجة الخضوع كان هذا لترتيب النظام الأسري[٦]، هذا بجانب أنه يوجد فرق بين الخضوع والخنوع، فالخضوع هو احترام الزوجة لرأي زوجها ولكن هذا لا يعني عدم مشاركته في الرأي، بل الزوجة تتحاور مع الزوج وتُبدي رأيها ثم تترك الأمر للزوج، أما الخنوع فهو عدم مشاركة الزوجة في الحوار وإبداء رأيها لكنها تنفذ فقط القرار، وهذا الأمر لم يأمر به الله بل أمر بالخضوع وليس بالخنوع[٧]. لذا من المهم أن تستمع لرأي زوجتك وتتحاور معها خاصة عندما يكون القرار خاصاً بالأسرة وسيؤثر فيها، ولا تتعامل معها كأنها قطعة أثاث في البيت ليس لديها عقل ولا تفكر .. لكنها فقط مُتلقية للأوامر.

عزيزي الزوج .. اعلم أنه من الممكن أن تنفذ زوجتك الأمر الذي تصدره وذلك تجنباً للمشاكل، ولكن هذا التصرف سيكون له تأثير سلبي على علاقتكما، وذلك لشعورها أنها مجرد خادمة في البيت، تنفذ الأوامر التي تُملى عليها، وليست زوجة شريكة لزوجها. فالزوجة الشريكة هي من تساعد زوجها في صناعة القرار الخاص بالأسرة

[٦] الكتاب الأول/ الحياة بعد شهر العسل/ الفصل الثاني
[٧] الكتاب الأول/ الحياة بعد شهر العسل/ الفصل الثالث

وذلك من خلال الحوار والمناقشة، أما الزوجة الخادمة فهي من تقول حاضر ونعم .. وتلبي الاحتياجات الجسدية فقط دون عقل يفكر .. فهل هذا ما تبغيه في أسرتك؟!!

الآثار الجانبية التي يواجهها الزوج بسبب تجاهله للحوار مع زوجته وعدم احترامه لفكرها:

- بعض الزوجات تبحث عن طرف ثالث يسمع لها ويحترم شخصيتها.
- بعض الزوجات تتبلد مشاعرهن ويلبين كل أوامر أزواجهن بمشاعر باردة، وتتخذن موقف السلبية في كل جوانب حياتهن .. تربية الأبناء .. العلاقة الجنسية .. الاهتمام بنفسهن ... وغيره

لذا عزيزي الزوج .. فإن من أهم احتياجات الزوجة أن تشعر أن زوجها يحترم تفكيرها ورأيها، وأنها ليست مجرد أداة لتلبية احتياجات الأسرة أومستقبل للأوامر فقط فهذا يهين آدميتها.

عزيزي الزوج .. يقول الكتاب المقدس في (أمثال ١٢:١٥):

" طَرِيقُ الْجَاهِلِ مُسْتَقِيمٌ فِي عَيْنَيْهِ، أَمَّا سَامِعُ الْمَشُورَةِ فَهُوَ حَكِيمٌ "

ليس من الخطأ أن تتحاور مع زوجتك عند اتخاذ أي قرار يخص أسرتكما، ولن يقلل هذا من شأنك كرجل، بل على العكس فالرجل الحكيم هو الذي يسمع للمشورة.

وقد خلق الله زوجتك نظيراً لك أي مثلك .. ولم يخلقها كائناً أقل منك .. لذا فمن المهم أن تعاملها كإنسان مثلك له قيمة وله عقل يفكر ويستطيع أن يساندك بآرائه.

وتأكد أنك أنت الرابح في هذا .. لأنك ستجد من يشاركك في كل أمور حياتك ويحمل عنك أحمالك الثقيلة .. أما إذا قررت أن تكون أنت السيد ولا شريك لك في السيادة وفي اتخاذ القرار أيضاً فلن تجد شريكك يسمع لك ويساندك، لأنك أنت الذي خلقت منها مخلوقاً ضعيف الشخصية لا يعرف إلا كلمة **"حاضر ونعم"**

خامساً: عدم اعتبارها وسيلة للمتعة الجنسية:

العلاقة الجنسية عند الزوجة هي علاقة حب بالدرجة الأولى لذا يجب على الزوج أن يتعامل مع هذه العلاقة بهذا المفهوم وذلك من خلال[8]:

- **أولاً:** عدم إجبارها على ممارسة الجنس في وقت تعبها الجسدي أوالمعنوي، فهي لا تستطيع أن تمارس الجنس وقت الضيق أو التعب، لذا فمن المهم احترام رغبتها في هذا الأمر، لأنه إن مارس الزوج الجنس في هذا التوقيت ستشعر الزوجة أن زوجها لا يحترم مشاعرها ولا يهتم إلا بإشباع رغباته، وأنها ماهي إلا وسيلة للمتعة فقط دون الأخذ في الاعتبار آدميتها ومشاعرها، فيزيد هذا من عدم رغبتها لممارسة الجنس مع زوجها.
- **ثانياً:** الاهتمام بأن تصل للنشوة الجنسية[9] وعدم تجاهلها، يوجد من الأزواج مَن يهتم بأن يصل هوفقط للنشوة الجنسية دون الأخذ في الاعتبار أن تصل زوجته لها، فمجرد أن يصل هو لمرحلة النشوة، يُنهي اللقاء معها دون أن يهتم إن كانت وصلت لهذه المرحلة أم لا؟. وهنا تصل رسالة لزوجته أنها مجرد وسيلة وأداة للمتعة الجنسية فقط، فتشعر بالإهانة بسبب تصرف زوجها هذا، وتفقد رغبتها في ممارسة الجنس معه، وفي كل مرة يمارس زوجها الجنس معها تزداد هذه المشاعر السلبية بداخلها.
- **ثالثاً:** عدم إجبارها على القيام بأمور لا ترغب بها، مثل:

١) ملامسة جسدها من مناطق من الممكن أن تسبب لها ضيقاً بدلاً من إثارتها

---

[8] الطبيعة والنظرة المختلفة للرجل والمرأة للعلاقة الجنسية / الكتاب الثاني / الداوعي الأمنية للخلافات الزوجية

[9] هي المرحلة التي يصل فيها الزوجان لهزة الجماع، حيث الشبق عند الزوجة وفيها ينقبض المهبل، تقابله الوصول للذروة عند الزوج وقذف الحيوانات المنوية.

٢) إجبارها على ممارسة الجنس بطرق لا ترغب بها مثل: الجنس الفموي (وهي ممارسة الجنس من خلال الفم) .. أو إجبارها على الجنس الشرجي .. أو مشاهدة أفلام إباحية ومحاولة تقليدها ... لأنها إن قامت بهذه الأمور دون إرادتها ستفقد رغبتها في الجنس، وتتحول العلاقة الجنسية لديها من علاقة حب مع زوجها، إلى حالة اغتصاب من زوجها لها.

- **رابعاً:** تحتاج الزوجة لبضع دقائق في حضن زوجها بعد العلاقة الجنسية، فهذه الدقائق مهمة لها لأنها دليل على المحبة. لهذا تغتاظ الزوجة عندما يدير الزوج لها ظهره بعد انتهاء العلاقة بينهما مباشرة، وتترجم هذا أنه تركها بعدما أخذ منها ما يريد، وذلك لأن هذه العلاقة بالنسبة للزوجة لها بعد أعمق، فهي علاقة رومانسية:

أ) **لها بداية:** فحتى تمارس الجنس لابد أن يكون الجو صافياً ومهيئاً لذلك، حيث لا توجد أي ضغوط أو أي خلاف مع زوجها.

ب) **وكما أن العلاقة الجنسية بالنسبة للزوجة لها بداية .. فلها أيضاً توابع:** بمعنى أن ممارسة العلاقة الجنسية ليست هي النهاية بالنسبة لها، فهي تحتاج أن يحتضنها زوجها بعد ذلك معبراً عن حبه لها وسعادته بهذا اللقاء معها .. لا أن يوليها ظهره!!. لذا على الزوج أن يفهم طبيعة المرأة ويلبي لها هذا الاحتياج، والأمر لا يحتاج لمجهود حتى يقوم به .. بل يحتاج فقط لدقائق بعد ممارسة الجنس حتى لا تشعر زوجته أنها بالنسبة له مجرد وسيلة لمتعته ليس إلا.

عزيزي الزوج ..

يقول الكتاب المقدس في كورنثوس الأولى ٧: ٤و٥

" وَكَذلِكَ الرَّجُلُ أَيْضًا لَيْسَ لَهُ تَسَلُّطٌ عَلَى جَسَدِهِ، بَلْ لِلْمَرْأَةِ. لاَ يَسْلُبْ أَحَدُكُمُ الآخَرَ، إِلاَّ أَنْ يَكُونَ عَلَى مُوافَقَةٍ."

فكما أنك لك الحق في زوجتك لتمتعك جنسياً، المطلوب منك أنك أنت أيضاً تمتعها جنسياً ولا تهمل هذا الاحتياج لديها، حتى لا تشعر يوماً أنك تحب جسدها فقط، وعندها من الممكن أن تُشبع احتياجك الجنسي منها ولكنك ستفقد مشاعرها ودفئها في هذا اللقاء لأنه بالنسبة لها مجرد لقاء روتيني مُجبرة عليه.

سادساً: مشاركتها في المهام المترلية:

نظراً للظروف الإقتصادية أصبحت المرأة تعمل خارج المترل كي تساهم في مصروف البيت، وتستطيع الأسرة أن تلبي احتياجاها. وبسبب هذا ازداد العبء على الزوجة حيث أصبحت تعمل خارج المترل بجانب واجبها في تلبية احتياجات الأسرة من طعام وشراب وتنظيف وترتيب، فنجدها تعود من عملها لتظل واقفة بالمطبخ تُعد الطعام ثم تقوم بتنظيف الأطباق .. وترتيب وتنظيف المكان من فضلات الطعام .. وإن كان أولادها بالمدرسة تجلس معهم بعد ذلك لتتابع دراستهم .. وهكذا تظل مثل النحلة تلف وتدور من هذا لذاك. ويمر الوقت فتجد نفسها عند نهاية اليوم جثة هامدة، غير قادرة على الوقوف أو الحركة أو حتى التكلم، وما إن تضع رأسها على الوسادة حتى تغوص في نوم عميق. هنا يشعر الزوج بالضيق بسبب أنه لم يصبح له في حياها مكان.

عزيزي الزوج .. لو فكرت قليلاً لوجدت أنك لا تستطيع أن تقوم بما تقوم به زوجتك من مهام خارجية وداخلية، ومن الطبيعي أن يكون جسدها منهكاً عند نهاية اليوم، لذا ليس جيداً أن تلومها على عدم قدرها على الجلوس معك أو عدم قدرها على ممارسة الجنس معك.

والحل؟؟ .. هل على الزوج أن يستسلم لهذا الوضع؟

إن الحل ليس في الاستسلام .. فالاستسلام يعني فتور العلاقة والرابط الأسري، وتصبح الحياة بينهما روتينية اليوم مثل الأمس مثل الغد .. ولكن الحل الحقيقي في يديك عزيزي الزوج .. فليس من الخطأ أن تشارك زوجتك في المهام المترلية فهذا لن يقلل من شأنك كرجل وقائد لأسرتك، على العكس سيزيد هذا التصرف من احترامها وحبها لك لأنك شاعر بها وبتعبها وتبغي راحتها لذا فأنت تساعدها في شئون البيت. وحتى لا تشعر بعبء المسئولية، من الممكن أن تشاركها في الأمور التي تستطيع أن تقوم بها دون أن تضغط على نفسك .. مثل ترتيب السفرة قبل وبعد تناول الطعام .. ليس هذا فقط

بل تشجع أولادك أيضاً على أن يمدوا يد المساعدة ويشاركوا في المهام المترلية معكما. أيضاً حاول أن تساعد زوجتك في المذاكرة لأولادك، حيث تقسم المواد جزء عليها وجزء عليك. بهذا ستكون قد قدمت خدمة كبيرة لزوجتك ولك حيث خففت عنها الأعباء الواجب عليها أن تُنهيها، مما يؤدي لإتاحة الوقت لكما كي تجلسا معاً.

عزيزي الزوج ..

يقول الكتاب المقدس في أفسس ٥:٢٨:

" كَذلِكَ يَجِبُ عَلَى الرِّجَالِ أَنْ يُحِبُّوا نِسَاءَهُمْ كَأَجْسَادِهِمْ. مَنْ يُحِبُّ امْرَأَتَهُ يُحِبُّ نَفْسَهُ".

إن المحبة ليست فقط كلمات ولكنها أفعال .. فالمحبة الحقيقة تظهر وقت الاحتياج، وزوجتك تحتاج لك .. تحتاج أن تشاركها في المهام التي تقوم بها في المترل كي تلبي احتياجاتكم .. هذه المشاركة لن تكلفك كثيراً بل على العكس ستكون مفيدة لتوطيد العلاقة بينكما .. حيث ستشعر زوجتك أنك زوج حنون تشعر بها، فيكون لهذا صدى إيجابي على مشاعرها تجاهك.

وتذكر أن هذه المشاركة ليست إجبارية نظير عملها بالخارج ومساعدتها في مصروف الأسرة، ولكنها مشاركة نابعة عن محبتك لزوجتك، حيث تترفق عليها من كثرة أعبائها وتحاول أن ترفع عنها جزءاً من هذه الأعباء.

فإن كنت تحب زوجتك تذكر أنه من مظاهر المحبة هي الترفق على من نحبهم.

" الْمَحَبَّةُ تَتَأَنَّى وَتَرْفُقُ." كورنثوس الأولى ١٣:٤

سابعاً: تشجعيها وقت ضعفها الروحي:

في بعض الأحيان تمر الزوجة بحياة روحية ضعيفة فتشعر أنها لا ترغب في الصلاة أو الذهاب للكنيسة أو قراءة الكتاب المقدس، وذلك يكون بسبب:

- إنها في مرحلة قاع البير لا ترغب بالقيام بأي شيء حتى الصلاة [10]
- كثرة الضغوط عليها مثل ضغوط الأبناء .. أو الضغوط المالية .. وغيره من الضغوط التي تسبب لها إحباطاً.

وبغض النظر عن الظروف التي جعلت الزوجة تمر بمرحلة الفتور الروحي، فمن المهم أن يأخذ الزوج دوراً إيجابياً بأن يشجعها على عبور هذه الظروف، ولكن لا يكون هذا من منطلق الوعظ والإدانة بل من خلال:

١) **الاستماع لها:** وخاصة عندما تكون في مرحلة قاع البير

٢) **المساندة:** إذا كان الفتور سببه شعورها بأنها تواجه المشاكل والضغوط بمفردها دون مساندة زوجها لها.

٣) **زيادة جرعة الحب لها:** خاصة إذا كانت في مرحلة قاع البير، أو إذا كانت هناك مشكلة جنسية وتشعر الزوجة أنها بالنسبة لزوجها أداة للمتعة الجنسية، هنا على الزوج أن يعالج هذه المشاعر ويغمرها بمحبته.

٤) **تشجعيها بلطف دون أمر:** على أن تكون هذه المرحلة هي آخر المراحل .. لأنه إن حاول الزوج تشجيع زوجته دون المرور بالمراحل السابقة لن تُفلح محاولاته.

---

[10] راجع الاحتياج الثاني للزوجة صـ ٢٦

عزيزي الزوج ..

يقول الكتاب المقدس في بطرس الأولى ٣:٧

"كَذلِكُمْ أَيُّهَا الرِّجَالُ، كُونُوا سَاكِنِينَ بِحَسَبِ الْفِطْنَةِ مَعَ الإِنَاءِ النِّسَائِيِّ كَالأَضْعَفِ، مُعْطِينَ إِيَّاهُنَّ كَرَامَةً، كَالْوَارِثَاتِ أَيْضًا مَعَكُمْ نِعْمَةَ الْحَيَاةِ، لِكَيْ لاَ تُعَاقَ صَلَوَاتُكُمْ."

من المهم أن تتعامل مع ضعف زوجتك الروحي بتروٍ باحثاً عن سبب هذا الضعف. فعليك أن تقود أسرتك للحياة مع الله دون فتور، شرط أن تكون قيادتك لأسرتك بالحب وليس بالأمر.

لذا إذا وجدت زوجتك في حالة فتور روحي ابحث عن السبب وحاول علاجه دون إدانتها.

ولا تنسَ .. أنه بالحب والمساندة والاستماع والحوار تستطيع أن ترفع زوجتك من حالة الفتور الروحي التي تمر بها.

الفصل الثالث [11]

ماذا يحتاج التواصل الناجح من الزوجين؟

أولاً: التليفزيون عدو التواصل:

إن العدو الأول للتواصل هو التليفزيون، فكيف للزوجين أن يتكلما معاً في وجود هذا الجهاز الذي يتكلم ويزن باستمرار في آذاهما .. وقد ازداد الأمر سوءاً بعد اختراع هذا الطبق العجيب "الدِش" والذي بسببه ازدادت القنوات الفضائية، فما أن ينتهي فيلم على هذه القناة حتى ندخل في هذه التمثيلية ثم تلك المسرحية ثم .. ثم .. وهكذا ... بداية من العودة من العمل حتى يأتي ميعاد النوم، بما في ذلك وقت تناول الطعام، كذلك أيام الإجازات التي بدلاً من أن يقضيها الزوجان في الحوار والتواصل نجد أهما يقضياناه أمام التليفزيون .. فيتوقف الحوار والتواصل بينهما. ومن هنا نكتشف خطورة التليفزيون وكيف أنه حقاً عدو التواصل حيث يمنع الحوار تماماً ليس فقط بين الزوجين ولكن أيضاً بين أفراد الأسرة جميعاً، وافتقاد التواصل والحوار في الأسرة يعني افتقاد الدفء والترابط الأسري الذي يشعر به الفرد عندما تتوافر قنوات الحوار بين الأسرة .. هذه القنوات هي التي تربط أفراد الأسرة بعضها ببعض. لذا على الأسرة أن تحمي نفسها من هذا العدو حتى لا تفقد هذا الجو بينهم، فمن المهم أن يضع الزوجان قانوناً ويحددا وقتاً لمشاهدة التليفزيون .. وأن يخططا لقضاء يوم الإجازة معاً بحيث لا يملأ التلفزيون كل الوقت .. فهذا الوقت المخصص للتواصل والحوار سوف يختبر الزوجان مدى فاعليته وتأثيره الإيجابي عليهما وعلى أولادهما .. بالنسبة للزوجين، يكون هذا الوقت فرصة لتقارب أفكارهما وفهم أعمق للطرف الآخر، أما بالنسبة للأبناء،

[11] بعض أفكار هذا الفصل مأخوذة من محاضرات للأخ هنري عون ألقاها بمصر سنة ٢٠٠٩

فسيساهم هذا الوقت في بناء أرضية للحوار معهم منذ الصغر مما يساعد الآباء على تجنب الكثير من المشاكل في المستقبل، والتي يكون مصدرها الأساسي هو عدم التواصل والحوار بينهم.

ثانياً الشفافية فيما يخص الميزانية والمال:

يختلف الزوجان فيما يخص الميزانية والمال من حيث: الزمة المالية .. أولويات المصروف .. مَن يكون في يديه مصروف البيت ويتحكم في المصاريف؟.

فنجد مثلاً بعض الأزواج يختلفون بخصوص الزمة المالية، هل تكون مشتركة أم لكل منهما زمته المالية الخاصة به؟ .. وأحياناً يكون الخلاف بسبب راتب الزوجة أو أي دخل أخر تحصل عليه .. من ميراث أو فوائد لرصيد بالبنك خاص بها ... وغيره، حيث تتمسك بأن هذا الإيراد من حقها بمفردها ولا يجب أن يكون ضمن مصروف البيت .. فمتطلبات الأسرة مسئولية زوجها. والزوجة عندما تقوم بهذا يكون تبريرها أنها تحمي نفسها من غدر الزمان وغدر زوجها وذلك من وجهة نظرها .. وأحياناً يكون سبب الخلاف هو الزوج الذي يصر أن يكون هو المتحكم في المال وتكون في يديه زمام الأمور، فهو الرجل وقائد الأسرة. وهكذا نجد أن المال يسبب مشكلة بسبب اختلاف الرأي الخاص بفصل أو دمج الزمة المالية بين الزوجة والزوج، وليس هذا فقط، بل أحياناً يكون بسبب عدم توافر الثقة بين الطرفين. أعرف زوجة تقوم بادخار مبلغ من المال من ميزانية الشهر دون أن يعرف زوجها وبعد ذلك تقوم بشراء جنيهات ذهبية حماية لها!!.

عزيزي القاريء .. هل الخلاف حول المال .. وهذا مالي وهذا مالك يساعد على وجود تواصل ناجح بين الزوجين؟

إن إرادة الله للزوج والزوجة أن يكونا جسداً واحداً [١٢]، كل شيء بينهما واحد وليس اثنين بما في ذلك المال والزمة المالية فلا يوجد فرق بين مال الزوجة ومال الزوج، لذا من المهم أن تكون الشفافية والصراحة متواجدة فيما يخص هذا الأمر، كذلك الميزانية يجب أن تكون واضحة للاثنين، وأن يعرف كل طرف دخل الأسرة كله والمصروفات دون إخفاء أي شيء. هذه الشفافية بين الطرفين تجعل الثقة متوفرة بينهما مما يجعل التواصل والحوار ناجحاً لأن كلاً منهما يثق في الآخر ولا يوجد ما يخفيه عنه.

ثالثًا لا للديون:

يوجد بعض الأزواج يلجأون للديون لتكملة معيشتهم أو لشراء شيء ما .. مما يزيد العبء على الزوجين ويزداد الضغط عليهما، وأي حوار بينهما بخصوص أي موضوع في ظل هذا الجو يكون نتيجته الخلاف والشجار.

عزيزي .. إن الدَّين كما يقولون مذلة بالنهار وهمٌّ بالليل .. وليس هذا فقط بل أيضاً خسارة للأصدقاء الذين تلجأ لهم حتى يقرضوك المال. لذا على الزوجين أن يضعا أمامهما مبدأ عدم اللجوء للدَّين، وأن يضعا ميزانية تناسب إمكانياتهما المالية .. ولا يقوما بشراء شيء يفوق قدراتهما المالية .. فالحياة دون قروض من الآخرين مهما كانت بسيطة أفضل بكثير من حياة ممتلئة بالديون.

"لُقْمَةٌ يَابِسَةٌ وَمَعَهَا سَلاَمَةٌ، خَيْرٌ مِنْ بَيْتٍ مَلآنٍ ذَبَائِحَ مَعَ خِصَامٍ." أمثال ١٧: ١

الرضا بوضعك المالي وترتيب حياتك على أساس إمكانياتك المالية يملأ بيتك بالهدوء والسلام ويكون التواصل بينك وبين شريك حياتك ناجحاً لأنه لا يؤثر عليه أي ضغوط أوخوف من الغد بسبب الدَّين.

---

[١٢] الفصل الثاني/ قصد الله من الزواج/ الكتاب الأول/ الحياة بعد شهر العسل

وبالطبع أنا هنا لا أقصد أن تقنع بحالك دون أن تحاول أن تطور من نفسك لترفع شأن أسرتك مالياً، فالطموح أمر هام ولكن دون ديون.

رابعًا: قبول نقد الآخر دون هجوم أو دفاع

من الأمور التي تعيق التواصل الناجح هو الهجوم والدفاع عن النفس محاولاً تبرير الخطأ وليس هذا فقط بل ولوم الآخر .. وقد تكلمنا بإسهاب عن نجاح الحوار بين الزوجين عند وجود خلاف ما [١٣]، ولكن ما أريد التأكيد عليه هنا أنه عندما يكون شريكك غاضباً من تصرف ما قمت به، فمن المهم قبل أن تهاجم وتبرر وتلوم، أن تحاول أن تتواصل مع مشاعره، وتلتمس له العذر في ضيقه، إن قمت بهذا سيكون التواصل بينكما ناجحاً لأنه ما إن يشعر شريكك أنك تفهمه سوف يهدأ ويسمعك بوضوح، لكن كُلما تهاجم سيهاجم هو أيضاً .. وكُلما تلوم سيلوم هو أيضاً .. وكُلما تبرر لن يسمع لك.

عزيزي القاريء .. لا تستخدم هذه الكلمات في الخلاف حتى ينجح التواصل والحوار بينكما: "**أنت السبب .. أنا مهما عملت مافيش تقدير .. أنا اتصرفت كده كرد فعل وليس فعل .. أنا اتصرفت بهذه الطريقة عشان كذا وكذا ...**" مثل هذه الكلمات من المهم أن تجعلها تختفي من قاموس حياتكما حتى ينجح التواصل بينكما.

خامساً: زوجك ليس والدك .. زوجتك ليست والدتك:

يوجد من الأزواج مَن يقارن زوجته بوالدته، والعكس من الزوجات مَن تقارن زوجها بوالدها ..

---

[١٣] الفصل الثالث/ الكتاب الثاني/ الدواعي الأمنية للخلافات الزوجية

- أمي كانت تقوم بطهي هذا أفضل من زوجتي
- أبي كان يشتري لي أفضل الأشياء عكس زوجي
- أمي تتصرف بحكمة في هذه المواقف عكس زوجتي
- لو كان أبي مكان زوجي لكان ساندني في هذا الموقف

هذه المقارنة تجرح مشاعر شريك الحياة .. وذلك لأنه ليس والدك وليس والدتك بل شخصية مختلفة، ومن المهم احترام هذا، بل والأهم قبول شخصيته دون محاولة لتغييره كي يصبح نسخة من الوالد أو الوالدة، لأن عدم قبوله كما هو يجعله يشعر أنه غير محبوب من شريكه وأنه مهما فعل لن ينال قبولاً منه، وبالطبع هذا يعيق التواصل الناجح بينهما، فكيف يتواجد الحوار الناجح وهو يشعر بأن شريكه كان يفضله بشخصية مختلفة غير شخصيته ولا يقبله كما هو.

سادساً: توافر الاحترام بين الزوجين:

إن الاحترام بين الزوجين في طريقة تعاملهما لبعضهما لأمر هام في نجاح التواصل بين الطرفين، وأنا هنا أُشير إلى احترام كل طرف للآخر: أي احترام الزوجة لزوجها وكذلك الزوج لزوجته. قد يتعجب الزوجان من كلمة توافر الاحترام .. فهل يوجد بين الزوجين هذه الرسميات؟ .. فهما واحد ويجب أن يكون التعامل بينهما ببساطة وعلى سجيتهما.

عزيزي القارىء .. إن توافر الاحترام بين الزوجين لا يعني الرسميات بينهما وأن لا يكونا بطبيعتهما في التعامل مع بعضهما البعض .. ولكن الاحترام له مظاهر أخرى، فالتعامل حسب طبيعتنا لا يعني عدم احترامنا للطرف الآخر، ومن أهم مظاهر عدم احترام شريك الحياة:

ـ الشكوى والتذمر من عيوب الطرف الآخر والإفصاح عن نقاط ضعفه أمام الآخرين.

ـ مقارنته بالآخرين وما يميزهم عنه.

ـ محاولة إدخال طرف ثالث في حل مشاكلهما دون رغبة الآخر.

ـ الإصرار على القيام بتصرف ما يعترض عليه شريك الحياة.

ـ التكلم معه بسخرية وخاصة أمام الآخرين أو أولادهم، ونعته بصفات سيئة (كسولة .. بطيئة الفهم .. بخيل .. سمينة .. لا يتحمل المسئولية ...) حتى ولو كانت حقيقية.

ـ التعامل معه بطريقة فيها نوع من عدم الاحترام وخاصة أمام الآخرين أو أولادهم.

ـ استعمال العنف مع الطرف الآخر أو الألفاظ الجارحة.

ـ إلغاء أي قرار يصدره في تربية الأولاد دون مناقشته.

ـ احتقار تصرفاته بالقول أو بالفكر [١٤]

الكثير والكثير من مظاهر عدم الاحترام التي من المهم أن يعالجها الزوجان.

فهل من الممكن أن ينجح التواصل بينهما إذا توفرت أحد هذه المظاهر في حياهما؟ هذا بجانب أن عدم احترامك لشريكك يجعل الآخرين يتعاملون معه بنفس الطريقة، كذلك الأولاد سوف يتعاملون معه بنفس الطريقة، وبمرور الأيام سوف يتعاملون معك بنفس الطريقة، وذلك لأن زرعت بداخلهم مبدأ عدم احترام والدهم أو والدهم، وبالتالي سيكون من السهل ألا يحترموك فيما بعد، ولن تجد من يحامي عنك، وذلك لأنك جعلت من شريكك كائناً ضعيفاً بسبب عدم احترامك لشخصيته. وكما يقول الكتاب المقدس: "**فَإِنَّ الَّذِي يَزْرَعُهُ الإِنْسَانُ إِيَّاهُ يَحْصُدُ أَيْضًا**" (غلاطية ٦:٧)

[١٤] أي الاحتقار الداخلي، فهو يحتقر تصرفه هذا .. لا يعبر عنه ولكن بداخله عدم احترام لشريكه، مما يؤثر على طريقة تعامله فيما بعد.

عزيزي القارىء ..

ليتنا نتذكر أعظم مثال لنا في إدارة الحوار والتواصل الناجح وهو الرب يسوع. لقد كان يدير أنجح الحوارات مهما كانت الشخصية المحاورة. في إنجيل يوحنا أصحاح ٤ حواره مع السامرية التي رغم تمردها عليه وكبريائها إلا أنه استطاع أن يمتص كل هذا ويجذبها له وفي نفس الوقت لم يتنازل عن الحق.

كذلك حواره مع الزانية في إنجيل يوحنا أصحاح ٨، والتي رغم خطئها الواضح إلا أنه لم يلُمْها، بل احتوى هذا الخطأ بكل حب. "فَقَالَ لَهَا يَسُوعُ: وَلاَ أَنَا أَدِينُكِ. اذْهَبِي وَلاَ تُخْطِئِي أَيْضًا".

وكذلك حواره مع نيقوديموس .. وتلاميذه .... والكثير من الحوارات التي قام بها السيد المسيح بنجاح رغم اختلاف الشخصيات وصعوبتها في التعامل والتفكير، ولو أنك تصفحت إنجيل يوحنا ستكتشف هذا بنفسك، وتتعلم من مثالنا الأعظم السيد المسيح كيف يتواجد التواصل الناجح بينك وبين شريك حياتك

الفصل الرابع

ماذا يحتاج الله من الزوجين؟

هل تبادر هذا السؤال لذهنك عزيزي القاريء؟

خلال هذا الفصل سوف نتطرق للإجابة على هذا السؤال. ولكن، حتى نستطيع الإجابة عليه علينا أولاً أن نجيب على هذه الأسئلة:

- هل من الممكن أن يستطيع الفرد أن يقوم بدوره الذي ذكرناه خلال الفصول السابقة؟!
- هل من الممكن أن يلبي احتياج شريكه رغم حرمانه هو من حقوقه التي يجب أن يلبيها له شريكه؟
- كيف يقوم الفرد بدوره بهذه المثالية في وسط هذه الظروف الصعبة؟

وغيرها من الأسئلة التي من الممكن أن تثار في ذهن كل من يقرأ واجباته نحو شريكه، والتي يجب عليه أن يقوم بها دون قيد أو شرط بأن يحصل هو على حقوقه من شريكه.

أولاً: كيف يقوم الزوجان بدورهما دون تذمر؟:

يقول الكتاب المقدس:

"أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ فِي الْمَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّينِي" (فيلبي ٤: ١٣)

إن سر القوة التي تساعدنا على القيام بدورنا بغض النظر عن قيام غيرنا بالدور المطلوب منه، هو وجود المسيح بحياتنا. فنحن أضعف من أن نعيش هذه الحياة حتى وإن رغبنا بذلك. كما يقول الكتاب المقدس:

"فَإِنِّي أَعْلَمُ أَنَّهُ لَيْسَ سَاكِنٌ فِيَّ، أَيْ فِي جَسَدِي، شَيْءٌ صَالِحٌ. لأَنَّ الإِرَادَةَ حَاضِرَةٌ عِنْدِي، وَأَمَّا أَنْ أَفْعَلَ الْحُسْنَى فَلَسْتُ أَجِدُ. لأَنِّي لَسْتُ أَفْعَلُ الصَّالِحَ الَّذِي أُرِيدُهُ، بَلِ الشَّرَّ الَّذِي لَسْتُ أُرِيدُهُ فَإِيَّاهُ أَفْعَلُ" (رومية ٧:١٨و١٩)

فالصالح أن تتعامل مع شريك حياتك بمحبة وتسامح وطول أناة ووداعة، أما غير الصالح فهو الأنانية ومحبة الذات وعدم القدرة على الغفران. ولأن الجسد لا يسكن فيه شيء صالح حيث الجميع أخطأوا وأعوزهم مجد الله، فأنت تحتاج للمسيح كي تستطيع أن تقوم بالأمور الصالحة.

لذا عزيزي القارىء .. إن كنت راغباً حقاً في حياة أفضل لك ولأسرتك، عليك أن تسلم قيادة أسرتك وحياتك لله .. هنا فقط ستنجح رغم المشاكل والضغوط التي تمر بها. ولقد حذرنا الكتاب المقدس من الأسر التي لا يكون سيدها هو الله بأنه مهما تعبوا فباطل تعبهم هذا طالما أن السيد ليس الله.

"إِنْ لَمْ يَبْنِ الرَّبُّ الْبَيْتَ، فَبَاطِلاً يَتْعَبُ الْبَنَّاؤُونَ" (مزمور ١٢٧:١)

ثانياً: ماذا يحتاج الله من الزوجين؟:

يقول الكتاب المقدس:

"فَالَّذِينَ هُمْ فِي الْجَسَدِ لاَ يَسْتَطِيعُونَ أَنْ يُرْضُوا اللهَ. وَأَمَّا أَنْتُمْ فَلَسْتُمْ فِي الْجَسَدِ بَلْ فِي الرُّوحِ، إِنْ كَانَ رُوحُ اللهِ سَاكِنًا فِيكُمْ. وَلكِنْ إِنْ كَانَ أَحَدٌ لَيْسَ لَهُ رُوحُ الْمَسِيحِ، فَذلِكَ لَيْسَ لَهُ .... لأَنَّ كُلَّ الَّذِينَ يَنْقَادُونَ بِرُوحِ اللهِ، فَأُولئِكَ هُمْ أَبْنَاءُ اللهِ." (رومية ٨:٨-١٤)

ومن خلال هذه الأعداد نجد أن الله يحتاج من الزوجين أن يسلما حياتهما وأسرتهما له وأن يسلكا بروح الله وليس بحسب الجسد.

وهنا ..

عندما نقارن بين احتياجنا كي نعيش الحياة الأفضل كأسرة وبين احتياج الله منا سنكتشف أنهما أمر واحد" ***الحياة مع المسيح من خلال الروح القدس الساكن فينا"***

ثالثاً: كيف يسكن فينا الروح القدس:

١) كبداية وقبل كل شيء عليك أن تصلي لله وتعترف بخطاياك أمامه وتتوب عنها وتطلب منه أن يستلم دفة حياتك وأن يكون هو السيد عليها.

عزيزي القارئ .. إن كنت حقاً تشعر بإحباط بسبب علاقتك المتوترة مع شريكك .. إن كنت تشعر بأنه لا أمل في إصلاح هذه العلاقة .. إن كنت تشعر أن الحياة مع شريكك حياة رتيبة روتينية .. اليوم مثل الأمس مثل الغد .. إن كنت تريد أن تتغير حياتك للأفضل .. إن كنت تشعر باحتياجك لوجود الله في حياتك .. فهو الآن واقف على باب قلبك منتظراً أن تفتح له حتى يدخل ويستقر في حياتك ويعطيك القوة كي تعيش الحياة الأفضل مع شريكك .. "**هنَذَا وَاقِفٌ عَلَى الْبَابِ وَأَقْرَعُ. إِنْ سَمِعَ أَحَدٌ صَوْتِي وَفَتَحَ الْبَابَ، أَدْخُلُ إِلَيْهِ وَأَتَعَشَّى مَعَهُ وَهُوَ مَعِي.**" (**رؤيا ٣: ٢٠**)

فإن كنت عزيزي القارىء ترغب أن تفتح له الباب وتسلم له دفة حياتك، صلّ معي هذه الصلاة إن كانت تعبر عن احتياجك:

" ربي يسوع أنا أحتاج لك .. أنا أعلم أنني كنت أقود حياتي بنفسي وأخطئ إليك، أشكرك من أجل موتك على الصليب من أجلي .. لقد انتصرت على الموت بقيامتك، وأردت لي أن أعيش حياة الانتصار هذه، ولكن بُعدي عنك هو الذي جعلني أعيش حياة الهزيمة .. لكني الآن أفتح باب قلبي لك وأقبلك رباً وسيداً ومخلصاً لحياتي، فامتلك قلبي وحياتي، واجعل مني إنساناً يعمل مشيئتك." آمين

عزيزي القاريء .. إن كنت قد صليت هذه الصلاة – من قلبك قبل لسانك – فتأكد أن الله دخل حياتك واستلم القيادة، فلا تعود وتصليها مرة أخرى لأنه بالفعل دخل حياتك ولا يحتاج منك أن تكررها، بل أشكره لأنه بالفعل الآن في حياتك ويقودها نحو الأفضل.

٢) الأمر الآخر حتى يستمر الروح القدس في قيادته لحياتك هو: أن تكون لك شركة وتواصل مستمر مع الله وذلك من خلال الصلاة وقراءة الكتاب المقدس. فالروح القدس يسكن فيك عندما تطلب من الله أن يستلم قيادة حياتك، ولكن إن أهملت العلاقة مع الله يومياً سوف تفقد قيادة الروح لحياتك وتعيش حسب الجسد ولن ترضي الله كما ذكر لنا بولس الرسول:" **فَالَّذِينَ هُمْ فِي الْجَسَدِ لاَ يَسْتَطِيعُونَ أَنْ يُرْضُوا اللهَ.**". وقد حذرنا الكتاب المقدس من الحياة حسب الجسد:

"**وَأَنَا أَيُّهَا الإِخْوَةُ لَمْ أَسْتَطِعْ أَنْ أُكَلِّمَكُمْ كَرُوحِيِّينَ، بَلْ كَجَسَدِيِّينَ كَأَطْفَالٍ فِي الْمَسِيحِ، ٢ سَقَيْتُكُمْ لَبَنًا لاَ طَعَامًا، لأَنَّكُمْ لَمْ تَكُونُوا بَعْدُ تَسْتَطِيعُونَ، بَلِ الآنَ أَيْضًا لاَ تَسْتَطِيعُونَ، ٣ لأَنَّكُمْ بَعْدُ جَسَدِيُّونَ. فَإِنَّهُ إِذْ فِيكُمْ حَسَدٌ وَخِصَامٌ وَانْشِقَاقٌ، أَلَسْتُمْ جَسَدِيِّينَ وَتَسْلُكُونَ بِحَسَبِ الْبَشَرِ؟**" (كورنثوس الأولى٣:١-٣)

إن بولس هنا يتكلم مع كنيسة أهل كورنثوس أي شعب مؤمن، ولكنهم أهملوا العلاقة اليومية مع الله والحياة مع المسيح وسلكوا حسب الجسد.

لذا، فحتى تمتليء يومياً بالروح وتحمي نفسك من الحياة حسب الجسد التي لا يرغب بها الله، عليك أن تقوم بعملية التنفس الروحي، وهي:

١) **الزفير**: إن الزفير هو خروج كل ماهو فاسد (ثاني أكسيد الكربون) حتى يسمح لدخول الأكسجين بعد ذلك. كذلك الزفير الروحي فيه تتم عملية خروج كل ماهو فاسد، والفاسد في حياتنا الروحية هي الخطية. لذا في هذه المرحلة عليك:

أولاً: الاعتراف بخطاياك: أي الاعتراف بكل خطية قمت بها مهما كانت تبدو بسيطة لك مثل الغيرة .. التمرد .. التذمر .. عدم الأمانة في العمل ... وغيره من ذلك النوع من الخطايا التي نصنفها نحن البشر بالخطايا الصغيرة .. غير القتل والسرقة والزنا التي هي خطايا كبيرة!!. لأنه عند الله لا توجد خطية كبيرة وأخرى صغيرة بل الكل عند الله خطية .. فمثلاً نظرة الشهوة عند الله مثل الزنا الفعلي ..

"إِنَّ كُلَّ مَنْ يَنْظُرُ إِلَى امْرَأَةٍ لِيَشْتَهِيَهَا، فَقَدْ زَنَى بِهَا فِي قَلْبِهِ." (متى ٥:٢٨)

ثانياً: التوبة عنها: أي تغيير اتجاه القلب من خلال عدم الاستمرار في الخطية بعد ذلك.

ثالثاً: أشكره على الغفران: وهذا دليل على إيمانك وثقتك في وعود الله بأنه:

"إِنِ اعْتَرَفْنَا بِخَطَايَانَا فَهُوَ أَمِينٌ وَعَادِلٌ، حَتَّى يَغْفِرَ لَنَا خَطَايَانَا وَيُطَهِّرَنَا مِنْ كُلِّ إِثْمٍ." (يوحنا الأولى ١:٩)

٢) **الشهيق:** إن الشهيق هو دخول الأكسجين النقي والذي لن يدخل إلا إذا خرج ثاني أكسيد الكربون أولاً. كذلك الشهيق الروحي هو الامتلاء بالروح القدس، ولن يتم هذا الامتلاء قبل التخلص من كل ما هو فاسد، فعندما تعترف بكل خطية اطلب من الله أن تمتلىء بالروح القدس، وعندها ستنال ماطلبته. ومن المهم أن تدرك أن هذا الامتلاء لن تشعر به بمشاعرك، ولكنه بالإيمان والثقة بوعود الله أنه مهما طلبنا منه سنحصل عليه طالما في مشيئة الله، ومشيئة الله أن نمتلىء بالروح القدس:

"فَإِنْ كُنْتُمْ وَأَنْتُمْ أَشْرَارٌ تَعْرِفُونَ أَنْ تُعْطُوا أَوْلاَدَكُمْ عَطَايَا جَيِّدَةً، فَكَمْ بِالْحَرِيِّ الآبُ الَّذِي مِنَ السَّمَاءِ، يُعْطِي الرُّوحَ الْقُدُسَ لِلَّذِينَ يَسْأَلُونَهُ؟" (لوقا ١١:١٣)

عزيزي القارئ ..

يحتاج الله منك أن تسلم حياتك له وعندها ستختبر الحياة الأفضل .. ستختبر محبته

وغفرانه .. وستمتلئ حياتك بثمر الروح القدس "وَأَمَّا ثَمَرُ الرُّوحِ فَهُوَ: مَحَبَّةٌ فَرَحٌ سَلاَمٌ، طُولُ أَنَاةٍ لُطْفٌ صَلاَحٌ، إِيمَانٌ وَدَاعَةٌ تَعَفُّفٌ." (غلاطية ٥:٢٢و٢٣) مما يعطيك القوة للتغلب على الضغوط والمشاكل التي من الممكن أن تواجهها مع شريكك، وحتى إن لم تجد حلاً لها سيعطيك الروح القوة للتعامل معها بصبر وحكمة. ولكن هذا لن يتحقق إلا إذا طلبت من الله أن يمتلك حياتك، وليس هذا فقط بل أن تكون لك شَركة وعلاقة يومية مع الله وتقوم بعملية التنفس الروحي يومياً وباستمرار حتى تتذكر تعاليم الكتاب المقدس لك والتي ترشدك وتعلمك الطريق الصحيح الذي يجب أن تسلكه في أي موقف أو ظرف تمر به مع شريكك. "وَأَمَّا الْمُعَزِّي، الرُّوحُ الْقُدُسُ، الَّذِي سَيُرْسِلُهُ الآبُ بِاسْمِي، فَهُوَ يُعَلِّمُكُمْ كُلَّ شَيْءٍ، وَيُذَكِّرُكُمْ بِكُلِّ مَا قُلْتُهُ لَكُمْ" (يوحنا ١٤ :٢٦)

كما أنه سيعطيك القوة لتلبي احتياجات شريكك، دون شرط أن يلبي هو أولاً احتياجاتك، حيث أن روح الله قادر أن يغير من طريقة تفكيرك تجاه أي تصرف أو قول يصدُر من شريكك من طريقة تفكير سلبية إلى إيجابية:

"أَخِيرًا أَيُّهَا الإِخْوَةُ كُلُّ مَا هُوَ حَق، كُلُّ مَا هُوَ جَلِيلٌ، كُلُّ مَا هُوَ عَادِلٌ، كُلُّ مَا هُوَ طَاهِرٌ، كُلُّ مَا هُوَ مُسِرٌّ، كُلُّ مَا صِيتُهُ حَسَنٌ، إِنْ كَانَتْ فَضِيلَةٌ وَإِنْ كَانَ مَدْحٌ، فَفِي هذِهِ افْتَكِرُوا. وَمَا تَعَلَّمْتُمُوهُ، وَتَسَلَّمْتُمُوهُ، وَسَمِعْتُمُوهُ، وَرَأَيْتُمُوهُ فِيَّ، فَهذَا افْعَلُوا، وَإِلهُ السَّلاَمِ يَكُونُ مَعَكُمْ" (فيلبي ٤:٨و٩)

اصدارات هذه السلسلة

- الحياة بعد شهر العسل
- الدواعي الأمنية للخلافات الزوجية
- لنعبر معاً الخط الأحمر
- افهمني وكلمني

المركز الاعلامى للدراسات والمشورة بالاسكندرية
ص ب ٣٢٨ اسكندرية

http://www.allarab6.com

ت: ٠٣/ ٤٩٤٠٢٤٩

أسئلة الكتاب افهمني وكلمني

ضع علامة صح أمام العبارة الصحيحة وخطأ أمام العبارة الخاطئة

١- وعظ الزوجة المباشر لزوجها طريقة مفيدة عندما يكون الزوج يعيش حياة بعيدة عن الله ( )

٢- على الزوجة أن تتعلم كيف تكون زوجة وصديقة لزوجها ( )

٣- عندما تقارن الزوجة نفسها بالأخريات فهذا يساعدها على التغلب على ظروفها الصعبة ( )

٤- لا يهتم الزوج بانتقاد الآخرين له قدر اهتمامه بانتقاد زوجته ( )

٥- على الزوج أن يعذر زوجته إذا أهملت نفسها بسبب مشاغلها ( )

٦- الاحتياج الجنسي للرجل هو الاحتياج الأول بينما يمثل الاحتياج الثالث للمرأة ( )

٧- على الزوجة تشجيع زوجها بأن يطالب بحقه من الشخص الذي ظلمه إذا وجدته سلبياً ( )

٨- الحب والأمان من أهم احتياجات الزوجة من زوجها ( )

٩- عندما تكون الزوجة في مرحلة قاع البير من المهم أن يحاول الزوج أن يرفعها بسرعة قبل أن تنغمر فيها ( )

١٠- على الزوج ترك زوجته إذا مرت بموقف مع الأبناء أو أهله حتى لا تتزايد المشكلة ( )

١١- لا يحق للزوجة أن تتحاور مع زوجها في أي قرار فالقيادة دور الزوج وليس الزوجة ( )

١٢- من مظاهر عدم تعامل الزوج بطريقة صحيحة مع مرحلة قاع البير التي تمر بها الزوجة هو معاناتها من التسطيح ( )

١٣- من توابع العلاقة الجنسية للمرأة هو الإحساس بدفء حضن زوجها بعد العلاقة لدقائق ( )

١٤- على الزوج إذا وجد الموقف صعباً أن يهدئ الزوجة بوعد ما، ثم لا يهم أن يفي به، لأنها بعد عبورها لهذا الموقف ستنسى الوعد ( )

١٥- الشفافية في الأمور الخاصة بالمال من الأمور الهامة كي يكون الحوار ناجحاً بين الزوجين ( )

١٦- ليس من المهم توافر الاحترام بين الزوجين لأنهما أصبحا واحداً ولا مجال لهذه الرسميات ( )

١٧- الحياة مع المسيح هي أفضل طريقة لضمان أن الأسرة ستكون بحسب قلب الله ( )

١٨- لا يهم أن يتواجد تواصل مستمر بين الزوجين والله طالما قد سلما حياتهما له ( )

١٩- الزفير هو مرحلة الاعتراف بالخطية، والشهيق هو مرحلة دخول روح الله، وهذه العملية ( )

٢٠- يكفي أن تقرأ الكتاب المقدس بمفردك ولا يشترط أن يكون شريك الحياة معك ( )

افهمنى و كلمنى

إن غالبية المشاكل اليومية بين الزوجين، إذا رجعنا إلى جذورها الحقيقية، سوف نجدها تنبع من الأنانية و التركيز على الذات. و فى هذه الدائرة الصعبة، لا يحاول كل منهما أن يفهم ما يدور فى ذهن و قلب و مشاعر الآخر، لأن الذات صارت حائطاً و سداً منيعاً يحول دون التفاهم بينهما.

و من هنا كانت الحاجة ماسة لهذا الكتاب لتقديم مجموعة من الأفكار المترابطة التى تستحق التأمل و البحث، و وضع تحدى للحوار بين كل زوجين، ليس بهدف الصراع و إثبات الحقوق و الفوز فى المعارك الكلامية، و لكن بهدف الفهم المتبادل حتى يستطيع كل طرف أن يصل إلى الآخر و يفهم كيف يفكر و يشعر و ماذا يحتاج منه. فحينما توجد أرضية مشتركة من الفهم المتبادل بين الزوجين، يمكن أن تبنى جسورللتواصل الجيد الذى يقود فى النهاية إلى تلبية كل طرف لاحتياجات الآخر، عن وعى و إدراك لطبيعته و شخصيته المختلفة عنه، مع عدم تجاهل كون الله هو السيد على حياتهما، حيث أن محبة الله تروى عش الزوجية من جديد بعد أن أصيب باليبوسة و الجفاف.

و هكذا يفهم الزوجان جذور المشكلة التى تواجههما، و يعرفان الحق القادر أن يحررهما ليعيشا كأسرة بحسب قلب الله.

